

谁在影响“血常规”

目前,血常规已然已成为医院最常见的检查,通过检测血液中的白细胞计数(WBC)、红细胞计数(RBC)、血红蛋白(Hb)、血小板计数(PLT)等指标为疾病诊断和治疗提供参考。然而,血常规检验结果受多种因素影响,了解这些影响因素对正确解读检验结果至关重要。

血常规检验结果的影响因素分析

(1)生理状况

人们的生理状况可以对血常规产生显著影响,例如年龄、性别、季节等因素都可能导致血常规指标的 normal 范围存在差异。儿童和成年人的血常规参考范围可能不同。在某些生理状态下,如妊娠期间,血常规指标也可能发生变化。

(2)遗传因素

血常规还受到遗传因素的影响,一些人天生就具有较高或较低的某些血常规指标,这不一定表示患有疾病,而是个体差异的一部分。

(3)饮食和水分摄入

饮食中含有的营养物质,特别是铁、维生素B₁₂和叶酸等,直接影响红细胞的生产和功能。水分摄入不足或过量也可能影响血浆的稀释程度,从而影响血常规中的一些指标,如红细胞计数和血红蛋白浓度。

(4)使用药物

药物的使用也是血常规检验结果的重要干扰因素,某些药物可以直接影响血细胞的生成、释放和寿命,从而改变血常规指标。例如,抗生素、抗凝血药和某些抗癫痫药物都可能对血小板造成影响。

(5)疾病因素

患有某些疾病的群体,其血常规指标也可能出现异常。例如,贫血、感染、炎症等疾病都可以导致白细胞计数升高,骨髓疾病、溶血性贫血等也可能直接影响红细胞计数、血红蛋白水平。所以,了解疾病史对解读血常规结果至关重要。

(6)环境因素

环境因素如高原居住、极端气温等也可能对血常规产生一定的影响,在高原地区,由于氧气浓度降低,机体对红细胞的需求增加,可能导致红细胞计数和血红蛋白浓度升高。

如何获得准确的血常规检验结果

获得准确的血常规检验结果对于综合健康评估至关重要,患者在进行检验前应按医嘱遵循相应的准备措施,同时,应提供详细的疾病史,包括药物使用、疾病状况等信息,以帮助医生更好地解读检验结果。在实验室层面,检验人员要严格按照操作规程进行血样采集。实验室设备需定期检验和校准,保障检测的精准度和可靠性。操作人员需要接受专业培训,规范实

验室工作,提高诊疗的准确性和及时性。

如何解读血常规检验报告

解读血常规检验报告需要考虑多项指标,包括白细胞计数(WBC)、红细胞计数(RBC)、血红蛋白(Hb)、血小板计数(PLT)等,白细胞计数反映免疫系统功能,高值可能表示感染或炎症,低值可能暗示免疫功能低下;红细胞计数和血红蛋白浓度用于评估贫血情况,低值可能表明贫血,高值则可能与慢性疾病有关;血小板计数指示凝血功能,高值可能导致血液过于凝结,低值可能增加出血风险。综合分析这些指标,结合患者的病史和症状,可以更全面地了解患者的健康状况。

(作者:张丽容 福建中医药大学附属第二人民医院 检验科 主管技师)

血常规检验结果受到多种因素的综合影响,解读血常规结果时,医生需要全面考虑这些因素,结合患者的具体情况,进行准确的临床判断。

有效应对妊娠高血压

妊娠高血压是一种常见的妊娠并发症,对母婴健康都有潜在的危害。在面对这一问题时,孕妇和家人需要特别关注并采取相应的预防和处理措施。定期监测血压、合理饮食、适量运动和情绪管理等都是关键的注意事项。通过正确的孕期管理和积极的生活方式,我们可以降低妊娠高血压的风险,保护母婴的健康。让我们一起学习如何有效应对妊娠高血压,为安全度过孕期打下坚实的基础。

定期监测血压

对于妊娠高血压孕妇来说,定期测量血压是必不可少的。医生通常会建议孕妇每天测量血压多次,以便及时发现任何异常变化。测量血压时,应该选择一个安静、舒适的环境,并遵循正确的测量方法,如坐着、放松、用正确的袖带尺寸等。这样可以确保获得准确的血压读数,从而更好地评估病情。除了定期测量血压,妊娠高血压孕妇还应定期进行血液检查和尿液检查。这些检查可以提供更多的信息,帮助医生评估孕妇的肾功能和其他相关指标。通过监测这些指标的变化,

医生可以更好地了解病情的发展,并及时采取必要的措施。

饮食方面

孕妇应该控制食盐的摄入量。高盐饮食会导致体内水分潴留,加重血管负担,进而引发高血压。因此,孕妇应该尽量减少食用加工食品和咸味零食,并在烹饪过程中减少或避免添加过多的盐。孕妇需要摄入足够的蛋白质。蛋白质是胎儿生长发育所必需的营养物质,也有助于维持孕妇的健康。但是,孕妇应该选择优质的蛋白质来源,如鱼类、禽肉、豆类和奶制品,并避免摄入过多的加工肉类。孕妇应该增加对富含维生素C和维生素E的食物摄入。这些维生素有助于增强免疫系统和保护血管的健康。柑橘类水果、蔬

菜、坚果和种子都是良好的维生素C和维生素E的来源。

运动和休息

对于妊娠高血压的孕妇来说,适量的运动是有益的。但是,在选择运动项目时,需要根据个人的身体状况来确定。一般来说,轻度的有氧运动如散步、游泳、瑜伽等是比较适合的选择。这些运动可以增加心肺功能,促进血液循环,并有助于降低血压。但是,需要避免剧烈运动和高风险的运动项目,以免对胎儿产生不利影响。合理的休息同样不可忽视。孕妇在妊娠高血压期间需要更多的休息时间来缓解身体的疲劳。每天保证充足的睡眠时间,尽量避免长时间站立或坐着,可以适当地进行躺卧和休息,有助于降低血压。

心理调节

建立一个积极的支持系统也是非常重要的。与亲朋好友、家人和伴侣分享自己的感受和困扰,获得他们的理解和支持,可以帮助孕妇减轻心理负担。此外,寻求专业心理咨询师或心理医生的帮助也是一个明智的选择,他们可以提供专业的建议和指导,帮助孕妇处理情绪问题。积极的心态和乐观的情绪对于妊娠高血压的治疗和康复至关重要。孕妇应该尽量保持积极的心态,相信自己能够战胜困难,并且相信医生和治疗的有效性。同时,注意自我调节,学会放松和释放压力,保持良好的心理状态。

(作者:陈兰花 宁化县翠江社区卫生服务中心 妇保科 主治医师)

妊娠高血压不容忽视,它可能对母婴健康带来严重影响。在面对妊娠高血压的挑战时,我们必须时刻保持警惕,通过正确的管理和积极的生活方式,我们可以降低风险,保护母婴的健康。定期监测血压、保持健康的饮食习惯、适度地孕期锻炼和合理的情绪管理都是关键。同时,及时就医并遵循医生的建议,积极配合治疗也是必要的。让我们共同关注妊娠高血压,为孕妇和家庭带来健康与幸福的未来。

医学科普专栏投稿邮箱:

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师