

门诊抽血检查的常见误解

在检验门诊抽血窗口经常会遇到前来抽血的患者说道：“医生，我昨晚8点过后喝了点水会影响我今天抽血吗？”“我从昨晚8点开始一直到今天11点都没有吃东西，不影响抽血化验吧？”“你们少抽几管血，不然我都要被抽贫血了。”……

大家对抽血检查有很多误解的地方，今天就让我们一起来谈谈吧！

抽血前的饮食与饮水的误解

误解一 抽血前不能喝水

实际上，抽血前并不需要刻意禁水，抽血的当天早上、前一天晚上都可以少量地喝水，每次可以喝几口水，只要不是猛灌水、一次喝几百毫升那就没问题。但需要注意的是，饮用白开水一般不会影响到检测数据，而高蛋白饮品、茶水、酒精制品等则可能带来波动，应当避免摄入。

误解二 抽血前需要长时间禁食

虽然人体摄入食物后，会出现较为明显的血糖波动，需要一定时间的禁食来保证血糖指标

的稳定，但空腹时间并非越久越好。长时间的饥饿会导致血清蛋白、转铁蛋白含量明显下降，且会使得血清胆红素快速升高，不利于数据真实性。根据《静脉血液标本采集指南》的规定，抽血前空腹时间应保持在8小时以上、16小时以下，以12~14小时最佳。也不是所有的抽血前都需要空腹，有一部分的血是不需要空腹的，比如血常规、乙肝两对半、甲型肝炎检测、丙型肝炎检测、肿瘤标志物、凝血功能、心肌酶谱等，而有些是一定要空腹抽血的，否则会影响我们的检验结果，比如血脂、血糖、肝肾功能，需要空腹至少8个小时，一般前一天20:30以后就尽量不吃东西了，可以适当地喝水。

抽血过程中的误解

误解一 抽血会导致贫血

实际上，抽血时虽然看起来一抽好几管，但每根试管也就3~5毫升，一般体检加起来不足20毫升。而正常成年人的血液总量通常在4000~5000毫升，且骨髓还会自动再生，不用特别吃什么去补，很快就会自己恢复，

所以一次的常规抽血体检是不会导致贫血的。

误解二 抽血过程会疼痛难忍

实际上，抽血时医生会使用专业的采血针，并且尽量做到快速、准确，以减轻患者的疼痛。同时，患者在抽血过程中可以放松心情，避免紧张情绪，也有助于减轻疼痛感。

抽血后的注意事项的误解

误解一 抽血后可以立即丢弃棉签

抽血后，护士或医生会给您一个棉球或绷带，让您按压在针孔处，请保持按压至少5分钟，以防止血液流出和减少淤血的风险。避免揉擦抽血部位，避免提重物，这些都可能会导致更多的出血或淤血。之后数小时内，应避免剧烈运动，并减少创口位置同汗液、水分的直接接触，直到愈合为止。如果是服用抗凝血药物治疗的患者则按压时间还需要适当延长。

误解二 抽血后无须注意饮食

虽然抽血本身对饮食没有特殊要求，但如果患者需要进行后续的空腹检查，或者抽血后感到

身体不适，应及时调整饮食，避免摄入过于油腻、刺激的食物。

对抽血结果的误解

误解一 抽血结果可以立即得出

实际上，不同的检验项目所需要的检测时间是不一样的，因此每个人抽血化验后，拿到报告的时间并不都是相同的。此外，如果当天遇到需要项目复查、检测仪器故障等原因，可能会让患者稍微晚一些拿到报告。

误解二 抽血结果可以自我解读

实际上，血液检测报告中包含了许多专业术语和指标，这些指标对于非专业人士来说可能难以理解。而且不同的实验室和检测方法可能有不同的正常值范围，血液检测结果需要结合患者的临床症状、病史以及其他检查结果进行综合分析，才有实际意义。绝不能单看报告单上面数值是否异常判断自己是否得病，自行根据抽血结果判断病情或进行治疗调整，以免延误病情。

(作者:李丽丽 福建省老年医院 检验科 副主任技师)

包皮过长 手术治疗

什么是包茎、包皮过长

包皮是阴茎颈前方皮肤形成的双层游离的环形皱襞，包绕着阴茎头(即龟头)。成年时，若包皮口过小，包皮完全包裹着阴茎头，使包皮不能外翻露出阴茎头，称为包茎；包皮覆盖住部分或全部龟头，但能翻转包皮使阴茎头外露，称为包皮过长。

什么时候该行手术治疗

1.病理性包茎:指小儿至3岁后包皮仍不能翻转至阴茎冠状沟。

2.包皮过长者虽然不会影响阴茎发育和正常的性生活，但护理不到位也容易引起感染，当包皮过长合并如下情况者则建议手术：

(1)包皮超过尿道口大于2厘米。

(2)虽能翻转，但可见较明显狭窄环，易造成包皮嵌顿者。

(3)反复发作的包皮炎、阴茎头炎，导致包皮内板与阴茎头不同程度粘连者或继发包茎。

手术方式

传统手工缝合手术和包皮

环切手术。

使用包皮环进行切手术是常规包皮手术方式，具有以下手术优势：手术时间3~5分钟，出血少，无须缝合，术后切口愈合疤痕少等。

术前准备：

术前一天清洗外阴：每日用温水轻柔清洗阴茎及会阴部，避免使用刺激性肥皂。手术当天：再次清洁，重点清除包皮垢，防止术中感染。

饮食调整：术前6~8小时禁食固体食物，术前2小时禁水，防止麻醉时呕吐误吸。

物品准备：包皮裤：根据小朋友的大小购买，刚做完手术的阴茎很敏感，摩擦会引起疼痛，可以在淘宝或京东上自行购买。洗漱用品：携带牙刷、毛巾、拖鞋等个人物品。娱乐物品：携带孩子喜欢的玩具或书籍，缓解术前紧张情绪。

术后情况

术后第1天：注意观察出血，一般少量出血都会自行结痂停止，无须处理。大量出血就要

到医院处理了。

术后第2天：开始出现黄白色分泌物，是正常现象，可用棉签擦洗分泌物及药物浸泡，如果尿道口有分泌物导致排尿困难及尿分叉，可使用棉签缓慢卷走分泌物，待分泌物慢慢结痂脱落。

术后第14天：商环逐渐开始脱落。

术后护理要点

小孩什么时候能拉尿？手术不影响小孩排尿。个别疼痛拒尿，可予热毛巾湿敷膀胱区，或者使用开塞露纳肛刺激排便。术后个别小孩会出现排尿时尿线稍偏斜或尿线分散，无须担心，可能是因为水肿或者龟头表面分泌物覆盖尿道口，环套、焦痂脱落后就恢复正常。排尿后用卫生纸吸干尿道外口残留的尿液，避免感染伤口。

小孩什么时候能洗澡？术后7天，若分泌物少、创面干洁可以淋浴，如果分泌物较多可以到院咨询，但禁止游泳及泡脚。

小孩什么东西不能吃？术

后一般可正常饮食，多喝水，多排尿，避免憋尿，术后近期避免辛辣、海鲜、芒果、坚果等容易过敏食物。

小孩术后疼痛怎么办？一般术后疼痛多出现在阴茎勃起或碰撞后，个别因为龟头特别敏感，多与心里害怕有关。白天可多分散注意力，例如看看书或电视，晚上若勃起后疼痛明显，可以用复方利多卡因乳膏涂抹止痛。

怎么消毒呢？可用优可适溶液1:4稀释浸泡，每次5~10分钟，如果小朋友不敢泡的话也可以用“小花洒”喷洗或棉签擦洗，早中晚各1次。

环不掉怎么办？正常情况下环在术后2周会自行脱落，若超过3周仍未脱落则需来医院拆环。

急诊情况有哪些？如果出现切口出血、红肿、渗液、裂开，及时急诊复诊。

(作者:李欧敏 福建省儿童医院 泌尿外科 主管护师)

马轶美 福建省儿童医院 护理部 主管护师)