

健康快车

健康工作室主办

本版编辑:周新瑞

联系电话:15036231399

Email:nxyzr@163.com

肝不舒服查查肝功能

肝功能是反映人体肝脏健康状况的重要指标,是诊断肝病的重要依据,是体检的常规检查项目之一。

肝是人体重要的代谢器官,具有代谢、解毒等功能。通过肝功能检查可以了解肝有无损伤及损伤程度,对肝功能状态作动态比较观察病情变化,协助肝炎、肝硬化、肝癌的诊断和评价肝脏的储备功能。由于肝的功能繁多、再生和代偿能力很强,检测方法在灵敏度和特异性方面的不足,有时即使检查结果正常也不能排除病变的存在,故应结合临床所见及B超、CT等检查手段所获得的资料,综合判断其临床情况。

常规肝功能检查包括:总蛋白、白蛋白、球蛋白、总胆红素、直接胆红素、间接胆红素等。

血清总蛋白(TP) 正常值 60~85g/L

血清总蛋白是白蛋白和球蛋白的总称。血清总蛋白含量小于60g/L称为低蛋白血症,见于重症肝炎、慢性肝病、结核病、慢性营养不良、恶性肿瘤等;血清总蛋白含量大于85g/L称为高蛋白血症,主要因球蛋白增加所致,见于肝硬化、慢性肝炎、恶性淋巴瘤等。

白蛋白(A) 正常值 37~53g/L

白蛋白由肝细胞合成,其含量与功能肝细胞的数量成正比。白蛋白下

降预后(根据经验预测的疾病发展情况)多不良,治疗后上升,提示治疗有效。

球蛋白(G) 正常值 15~35g/L 球蛋白非肝细胞合成,在慢性肝病时,肝细胞受损,间质细胞增生,浆细胞合成球蛋白便增加。

白蛋白与球蛋白比值(A/G) 1.5:1~2.5:1

A/G倒置见于肝功能严重受损的慢性肝病,如肝硬化、肝癌等,当病情好转时,A/G也趋向正常。

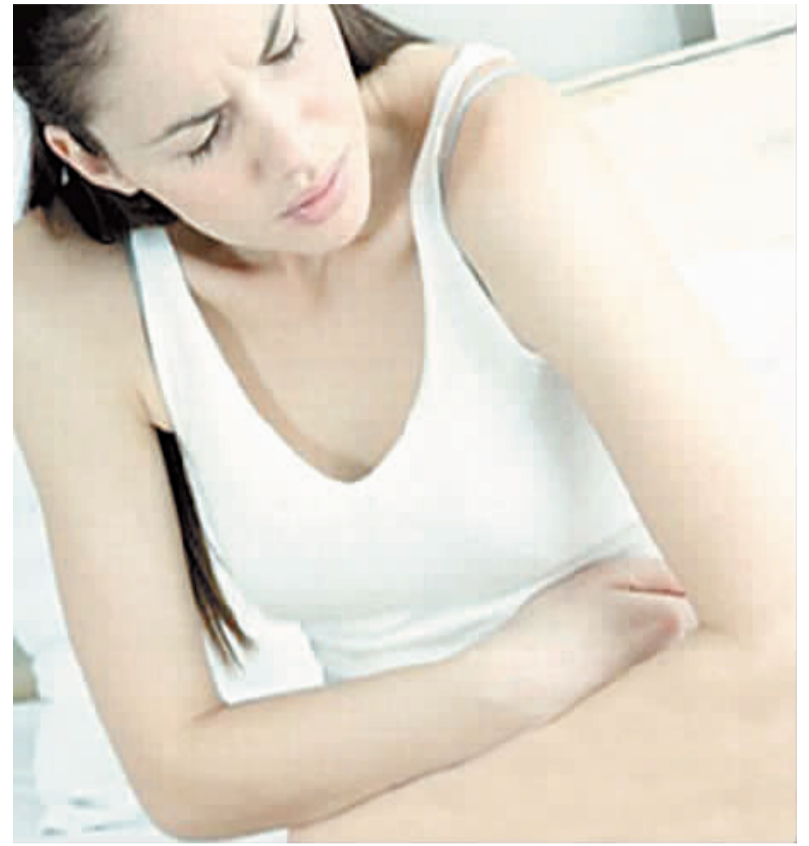
血清总胆红素(TB) 正常值为 3.40~21.70umol/L,直接胆红素(DB)正常值为 0.40~6.80 umol/L,间接胆红素(I-Bil) 正常值为 0.00~17.39 umol/L。

胆红素大部分是由衰老红细胞产生的血红蛋白变化而成的,小部分是胆红素蛋白生成的。血中胆红素升高到一定程度,病人可出现皮肤、眼睛黄染。胆红素是反映肝细胞损伤严重程度的重要指标。如果胆红素升高是以间接胆红素为主,常见于溶血性黄疸;如果胆红素升高是以直接胆红素为主,常见于阻塞性黄疸,如胆结石、胆管肿瘤等;如果两者都升高,则大多是由肝炎引起的。

血清谷丙转氨酶(丙氨酸氨基转移酶ALT) 正常值为 0.0~40.0 u/L; **谷草转氨酶(天门冬氨酸氨基转移酶AST)** 正常值为 0.0~40.0 u/L; **碱性磷酸酶(ALP)** 正常值为 53~130 u/L; **r-谷氨酰转氨酶(r-GT)** 正常值为 7.0~32.0 u/L

ALT和AST均属非特异性细胞内功能酶,正常时血清内含量很低。ALT主要存在于肝细胞浆中,因肝内该酶活性较血清高100倍,故只要有1%肝细胞坏死,血清中ALT就增加一倍。因此,ALT是较敏感的肝功能检测指标之一。AST在心肌中含量最高,肝为第二,在发生急性肝炎时它的灵敏度不如ALT,但在肝病持久且较重时,AST往往持续升高。ALP主要来源于肝和骨组织,在肝脏内,ALP主要分布于肝细胞血窦侧和毛细胆管侧微绒毛上,阻塞性黄疸胆汁淤滞排出不畅时,可诱发产生大量ALP。因此,ALP升高提示有胆管阻塞情况存在,如胆结石、胆管肿瘤、胆汁淤积型肝炎等。

另外,在儿童生长发育期,成骨细胞也产生ALP,癌症病人的癌细胞也会产生较多的ALP,所以ALP升高时要具体情况具体分析;r-GT在肝脏的活动度居第三位,广泛分布于肝细胞毛细胆管一侧和整个胆管系统。r-GT在胆管阻塞的情况下明显升高,在酒精性肝损害时也会升高。特别是在肝癌时,肝癌细胞也产生r-GT,因而血清中r-GT也会明显升高。(据当代健康报)



卫生动态

市中心医院通过心脏死亡捐献器官移植医院审批

本报讯(记者周新瑞 通讯员张晓茜 胡跃世)近日,市中心医院通过心脏死亡捐献器官移植医院审批。

2011年9月8日,省卫生厅组织专家到市中心医院对心脏死亡捐献器官移植医院进行资格评审,该院有利的软硬件环境及丰富的肾移植经验,受到专家组一致好评,通过卫生部人体器官移植医院审核,成为心脏死亡捐献器官移植医院(目前市中心医院主要开展肾脏移植)。据悉我省目前共有11家医院获得“心脏死亡捐献器官移植”资格,市中心医院是除郑州市外唯一一家获得该资质的地市级医院。

按摩穴位治落枕

落枕是一种急性颈项疼痛、活动受限的病症。该病症大多是因为睡眠姿势不当或是颈部突然扭转造成的。通过按摩手法治疗,可以疏通经络、行气活血、开通闭塞,使局部血液循环加速,改善患病部位的缺血缺氧状态,从而缓解或消除落枕症状。

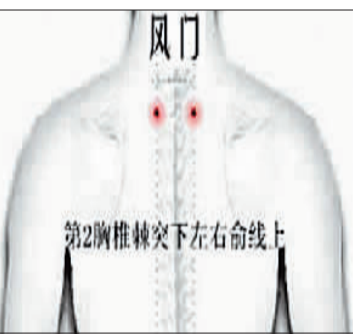
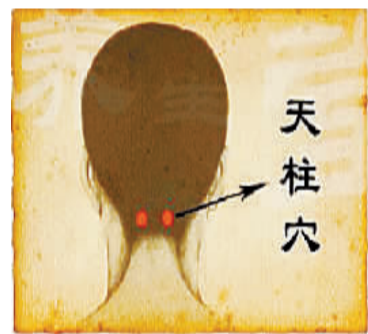
按摩部位主要选取患者的风池、天柱、大杼、风门和阿是穴。

风池穴是足太阳经和阳维脉的交会处,具有壮阳益气的作用。风池穴的位置位于后颈部的发际,在胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处,揉压该穴,从耳后到头部两侧都会感觉疼痛。具体按摩方法为:以食指和中指着力于风池穴上,点压

按摩5分钟。

天柱穴位于后颈部的发际线正中两侧2厘米处,有擎天之柱的意思,该穴道是治疗头颈部疾病的重要穴位。按摩方法:按摩时,患者要放松,用中指边按摩边呼气,每6次为一组,按20组左右即可。

患者还可点揉大杼穴、风门穴和阿是穴。大杼穴位于人体的背部,第一胸椎棘突旁5厘米处,风门穴位于第二胸椎棘突旁5厘米处,阿是穴没有具体的位置,哪里痛哪里便是穴位。按摩方法:用食指或中指用力按压穴位,停5秒钟后放开,以此方法做20次左右。(据大河网)



警惕

五种病影响宝宝智力

娇弱的宝宝总会生一些小病,于是妈妈们不免会担心:“发高烧会不会烧坏宝宝的脑子?吃消炎药会不会影响宝宝的智力?”妈妈们的担心不是多余的,确实有不少疾病会影响宝宝的智力。

百日咳

孩子咳个不停,虽然吃了许多药可就是不见好,而且似乎还有逐渐加重的倾向。这种疾病如不及时进行治疗,很可能会引起百日咳脑病,从而出现癫痫、智力减退、脑水肿等症。

措施:注意防寒保暖,别让孩子与有百日咳嫌疑的孩子接触,也可以到医院去打相关的免疫疫苗。

中毒细菌型痢疾

这是3岁~5岁的孩子较容易得的一种病,有发高烧、昏迷、抽搐等症状。细菌产生的毒素会直接损害神经系统,刺激脑组织,所以常常会导致孩子大脑缺氧,从而影响智力。

措施:补充足够的维生素,增强免疫力。一旦患病,应注意降温,补充氧气,以减小缺氧对孩子大脑的影响。

破伤风

破伤风杆菌不仅会引起肌肉紧张,影响运动神经的发展,还可能使组织坏死,心肌损伤,从而导致智力发育受到影响,所以预防破伤风对孩子的健康非常重要。

措施:一旦发生破伤风,应彻底清洗创口,遵照医嘱,注射破伤风抗毒素。

糖尿病

一项调查表明,由于营养过剩,现在越来越多的孩子患上了成人病,糖尿病就是其中一种。这是一种由于胰岛素分泌不足所引起的糖代谢紊乱疾病。许多患病儿童有夜间尿多或尿床的症状,容易影响脑细胞发育。

措施:妈妈要帮助孩子合理饮食,尤其要严格控制甜食。

结膜炎

结膜炎俗称“红眼病”,是一种眼部传染病,主要是由于受到细菌、病毒的感染,或眼睛中不慎落入灰尘和异物等原因造成的。这种疾病看似并不严重,实际上如果不及时医治的话,细菌或病毒还会进一步侵袭大脑,从而造成对智力的影响。

措施:一旦孩子患病应立即隔离治疗,同时不要让孩子揉患病的眼睛。(据当代健康报)



健康格言集锦(十八)

- 236.船到码头车到站,人至花甲叹时短。思想松散人就懒,孤独苦闷又悲观。时变事变观念变,人类寿命在增延,人生在世要乐观,我命在我不在天,保养能活大年纪,人逾古稀并不稀,人至耄耋不算老,九十还能到处跑。猴行龟欲有童心,任我逍遥度百春。
- 237.淡食多勤俭,限酒又戒烟。勿饮卯前酒,少进申后餐。街庭常散步,寝食勿多言。春棉渐渐减,秋衣徐徐添。摆脱怨中气,莫听顺耳言。提防疾病生,勤劳多锻炼。若要能坚持,健康又延年。
- 238.饥来餐,倦来眠。醒即起,莫贪吃。鲜水果,蔬菜好。腥膻味,少食妙。每顿饭,七成饱。酒少饮,烟戒掉。无嗜好,无烦恼。勤活动,多操劳。长生法,悟须早。欲宣节,颜不老。
- 239.养生十二要:思想要乐观,性格要开朗。饮食要清淡,起居要有常。补药要少用,烟酒要少尝。骨折要防止,运动要坚持。私欲要节制,冷暖要注意。体检要定期,有病要早医。
- 240.养生十二法:花卉怡养法;钓鱼静养法;书画趣养法;林泉休养法;游山乐养法;对弈智养法;日光照养法;气功意养法;读书益养法;锻炼动养法;膳食滋养法;饮茶润养法。
- 241.三分治病七分养,八分护理十分防。忙着治病不忙防,没有忙到点子上。
- 242.长吁短叹,缓解紧张。稳定情绪,血压下降;畅快微笑,解除疲劳。消除烦恼,灵丹妙药。
- 243.安静固然可爱,恬静尤为可贵。注重养生就要学会:“闹中求安,乐中求恬”。自然和谐之美的安静,健身不生病;享受天伦之乐,恬静,越活越年轻。
- 244.老人中风有规律,发生下面三时期:每天的早晨,每周的周末,每年的年底。心脑血管病人,望君慎之又慎。
- 245.水能载舟,也能覆舟;食能养生,也能丧生。合理膳食,除不厌细,食不厌杂,滋养身体。
- 246.活到老,学到老,知识多,身体好。不知保养不算巧。
- 247.晨前皮包水(喝温开水),睡前水包皮(热水烫脚),健康又长寿,百岁不稀奇。
- 248.吃点萝卜喝绿茶,寒冬养生好办法;葱蒜不离口,百病绕道走;多吃番茄营养好,美容抗癌疾病少;青菜豆腐保平安,水果海藻身体健;一天一苹果,医生远离我。
- 249.养目八方:慰目、浴目、营目、摩目、运目、惜目、极目、护目。常用养目八方,眼睛炯炯有光。
- 250.忌吃八过:过酸、过咸、过甜、过辣、过热、过粘、过硬、过寒。饮食清淡,身体健康。
- 251.心脏病十不宜:过度劳累,精神激动,多量饮水,饮食过饱,连续抽烟,饮酒无度,菜肴过咸,嗜食辛辣,贪吃美餐,冷风受寒。
- 252.不宜常吃的十类食品:油炸类、熏烤类、腌渍类、冰镇类、甜食类、酱制品、内脏类、动物血类、方便食品、过期食品。(未完待续)

编辑手记

秋天一到,天气日渐寒冷干燥,出现皮肤瘙痒的人也越来越多。很多人用一种皮炎药来抹身体的各个部位,但瘙痒的部位不同,用药也应有所区别。

头皮:头部的皮肤有大量皮脂分泌,极易造成真菌感染,出现瘙痒。可选有去脂、抗真菌的药。

面部:面部皮肤比较娇嫩,用药不当可能会发生皮肤萎缩、毛细血管扩张,因此要选用有收敛、保护皮肤作用及抗过敏、消退红疹作用的外用药。

背部、手背和足背、颈部后侧:上述部位角质层比较厚,能忍受轻微刺激。出现瘙痒的原因多为过敏性皮炎、湿疹等,可选用皮炎平霜、抗敏止痒水等。

胸部、腹部、臀部:这些部位表皮角质层比较薄,很容易产生不良反应,不能选用以酒精为溶剂的药水。可选用炉甘石洗剂、氧化锌洗剂,此类药物对皮肤有安抚、保护、凉爽止痒作用,对皮肤也无刺激性。

腋下、脐周、腹股沟、外阴部、肛门:上述部位皮肤分泌物较多,经常处于湿润状态,发生瘙痒时,往往同时会伴有白色念珠菌、表皮癣菌、毛癣菌、小孢子菌等真菌感染。可选用复方咪康唑霜、复方达克宁霜、肤康王霜等药物,它们具有抗过敏止痒和抗真菌感染作用,很适合这些部位的皮肤瘙痒。

足底、趾间:这些部位是真菌感染的高发区。可先将药水涂于患处,待药水干透后再薄薄涂上丁克霜或者咪康唑霜。

巧用“两皮”消除酒糟鼻



这个方法的主要原料是冬瓜皮和西瓜皮,没有副作用,如果有人正受酒糟鼻的困扰,可以试一试。

具体方法:准备西瓜皮50克,刮去红瓤和外层表皮,冬瓜皮200克,刮去外层表皮。将西瓜皮和冬瓜皮分别洗净、煮熟,切成条状,放入陶器或玻璃罐中,撒入适量的盐腌上一天后,当咸菜食用。每天一次,食用完继续按这个配比制作,连续食用1个月即可见效。

酒糟鼻主要是因邪热郁结鼻部所致,西瓜皮和冬瓜皮都有清泻肺热、祛痰化湿的作用,对治疗酒糟鼻有一定效果。

芝麻冰糖水驱走夜咳

具体方法:准备生芝麻20克、生姜50克、冰糖适量,将芝麻与冰糖一同放在碗中,用开水冲饮,还可以将芝麻和生姜捣碎,加冰糖煮汁服用,连续吃上一周即有明显效果。

生芝麻偏凉性,能养肺肾,与冰糖合用可润肺生津,与生姜捣汁煮服能润肺止咳,适用于夜咳痰少的患者。(崔宏运)

