

# 心电图让四类疾病“原形毕露”



心电图是临床上常用的检查手段之一，尤其是对于各类心脏疾病的诊断有着重要意义，具体来说，主要涉及以下四大类。

首先是心律失常，即心脏搏动的频率或节律出现异常。正常情况下，心率每分钟为60~100次，若心率超过100次/分或低于60次/分，就有心律失常可能，临床最常见的心律失常为心房颤动，简称房颤。通过24小时动态心电图可以了解患者24小时内的心电变化，无论是心跳过快或过慢、心律不齐、早搏、房颤、室颤、传导阻滞等心脏异常都可以被检出。

其次是心脏结构性病变。由于各种因素导致心肌损伤或心

房、心室出现肥厚、扩大时，都会在心电图上有所提示。如P波增高或增宽，常提示患者心房增大，说明患者可能有高血压或心肌病的病史。

第三类是心肌缺血性疾病。心肌缺血是指心脏血液灌注量减少，从而导致心脏供氧量下降，心肌能量代谢异常，无法支持心脏正常工作的病理状态。这类患者的心电图上可以看到各导联的ST段明显压低、T波倒置；如果心电图上出现ST段拱背抬高，且与T波相连，形成单向曲线，常提示心肌梗死。遇到这样的心电图形，应该进一步根据心脏超声、冠状动脉造影来确定心肌缺血程度，以及冠状动脉的狭窄程度，

并制定相应治疗方案。

第四类是电解质紊乱，如低钾、高钾，或血钙过高、过低等。电解质紊乱会影响心肌细胞动作电位与心肌细胞的应激性和传导性，从而在心电图上呈现出ST-T改变。电解质紊乱严重者还可能引起传导异常，甚至引起心室颤动或心脏停搏等严重后果。

另外，甲状腺功能亢导致的心动过速、肺栓塞、肺心病、血状动脉瘤、放射性心脏损害等疾病，也会在心电图上有所表现。如果心电图出现马鞍样改变，常提示心脏离子通道病，需提高警惕。

湖南省长沙市妇幼保健院  
功能科 张丽

## 一分钟看懂 血常规报告单

血常规是临床一项十分常见的检查项目，与大便常规、小便常规合称为临床检验的“三大常规”。对于血常规报告单中的二三十项指标和数值，患者该怎么看呢？它们具体有什么意义？别急，看完下面这篇文章，你就能在一分钟内轻轻松松看懂血常规报告单。

### 血常规报告中主要看哪些指标？

1. 红细胞计数(RBC) 红细胞是血液中的主要成分之一，它们的主要作用是携带氧气和二氧化碳，把氧气输送到全身各细胞，再把全身细胞产生的二氧化碳输送至肺部，并通过呼吸排出体外，以维持人体正常的生理功能。正常成年人的红细胞计数为 $4.0\sim 5.5\times 10^{12}/\text{升}$ ，如果红细胞计数过高，可能是血液黏稠度增加或肺功能障碍等原因引起；如果红细胞计数过低，则可能是贫血、出血等导致。

2. 白细胞计数(WBC) 白细胞是人体的免疫系统的重要组成部分，主要帮助身体对抗感染和炎症。正常成年人的白细胞计数为 $4.0\sim 10.0\times 10^9/\text{升}$ ，如果白细胞计数过高，常提示感染、过敏等；如果白细胞计数过低，则可能是免疫系统功能异常或药物副作用等引起。

3. 血红蛋白计数(Hb) 血红蛋白是红细胞中的一种蛋白质，主要作用是携带氧气和二氧化碳，血红蛋白水平反映了人体的氧合状态和贫血程度。正常成年人的血红蛋白水平为120~160克/升。如果血红蛋白水平过低，常提示贫血、出血；若血红蛋白水平过高，则提示肺部疾病或其他慢性疾病。

4. 血小板计数(PLT) 血小板是血液中的一种细胞，主要作用是帮助止血和凝血。正常成年人的血小板计数为 $100\sim 300\times 10^9/\text{升}$ 。如果血小板计数过低，可能是骨髓功能障碍、感染或药物副作用等原因引起；如果血小板计数过高，则可能是炎症、出血或某些疾病引起。

除上述基本指标外，血常规中还包括许多其他指标，如红细胞压积、红细胞平均体积、中性粒细胞、淋巴细胞、单核细胞、血小板平均体积、中性粒细胞比例、淋巴细胞比例、单核细胞比例、嗜酸性粒细胞比例、嗜碱性粒细胞比例等，综合这些指标，可以帮助医生更全面地评估患者的健康状况。

### 如何解读血常规报告单？

当我们拿到一份血常规报告单时，首先需要关注的是基本指标，即红细胞计数、白细胞计数、血红蛋白和血小板计数，这些指标反映了人体血液的基本情况，如果出现异常，意味着身体健康出现了问题。需要提醒的是，血常规只是一项辅助诊断手段，不能完全反映人体的健康状况，更不能代替医生的诊断和治疗。

重庆市万州区妇幼保健院 陈远翔



## 烧烫伤患者的康复及瘢痕防治

### 一、烧伤康复包括哪些内容？

1. 烧伤康复的步骤 烧伤康复的基本步骤包括病情评估、康复训练、营养调理以及全身疗法等。其中，病情评估的作用是全面了解患者的病情和治疗方案，康复训练是训练患者的肢体功能，营养调理是让患者的身体得到充分的营养和补充，全身疗法是针对患者受到影响的地方进行恢复治疗。

2. 烧伤后的心理康复 烧伤不仅仅会对患者身体上造成伤害，还会涉及到患者的心理健康，同时对患者的家庭和社会造成巨大影响。

3. 辅助治疗方法 烧伤康复的辅助疗法可以加速患者康复，帮助他们尽早回归正常的生活。其中，热疗、电疗、按摩、理疗等物理疗法都是非常常见的疗法；另外，一些营养补充、保健药品、中药治疗也可为康复期患者提供帮助。

### 二、治疗瘢痕的方法有哪些？

瘢痕是创伤愈合过程中胶原合成和相应组织成熟紊乱导致。当人们遭受烧烫伤时，受伤部位会产生炎症反应以及一系列细胞信息素和蛋白质分泌物，这些分泌物会刺激疤痕形成细胞增殖和胶原蛋白过度合成，从而导致瘢痕形成。临床治疗瘢痕的方法主要有以下几种。

1. 药物治疗 使用含有维生素E、肉毒杆菌、光敏剂和类固醇的药物，可以减少瘢痕的发生，并且有助于减轻已经形

成的瘢痕程度。

2. 物理疗法 物理疗法有很多种，如按摩、放血、电疗、热敷、冷敷、超声波、激光和射频等，这些方法可以刺激血液循环、减轻疼痛、促进伤口愈合以及软化组织，从而减少疤痕形成。具体选择哪一种疗法，取决于瘢痕的类型和严重程度。

3. 手术治疗 手术可以有效减少瘢痕大小和数量，具体包括皮肤移植、植皮术、切除术和光疗等方式。

4. 自体组织移植 移植自体细胞可以提高组织修复的速度和质量，从而促进康复，移植后的症状也更轻微，但这种治疗方法通常只适用于瘢痕较小且深度较浅的情况。

5. 心理干预 心理干预可以帮助患者应对疼痛、恢复信心，尽快走出心理阴影。心理干预的方法主要包括认知行为疗法、催眠治疗、家庭治疗和心理疏导。

### 三、如何预防瘢痕的发生？

1. 贴膜 研究发现，早期使用贴膜可以减少瘢痕的形成，加速伤口的愈合，对于一些大面积或深度烧伤的患者，贴膜能够有效预防瘢痕的生长。

2. 尽早活动 研究发现，烧烫伤后尽早进行主动功能锻炼可以防止肌肉萎缩，增强组织的稳定性，从而预防或减轻瘢痕的形成。

湖南省郴州市资兴市中医医院  
烧伤科 方九雄

烧烫伤是日常生活中一种常见的意外伤害，轻者不会留下明显瘢痕及后遗症，重者则会产生程度不一的瘢痕，不仅影响美观，还可能引起肢体活动障碍、皮肤瘙痒等并发症，严重影响患者的生活质量。因此，烧烫伤后的康复以及瘢痕的预防和治疗至关重要，患者应重视起来。

### 健康卡通



### 高糖饮食易致近视

引起近视的原因除了遗传、不科学用眼等因素外，日益精细的高碳低脂饮食也是重要原因。高碳低脂饮食使得人们摄入的糖分越来越多，而维生素A、硒元素、脂肪酸等必要的营养素却越来越少，导致眼睛“糖化有余，营养不足”。眼周的肌肉由于糖化失去弹性后，不能灵活调节焦距，久之就会形成近视。

图/文 陈望阳