



# 血脂检查前要注意些什么?

近年来,随着生活水平的提高,高血脂的患病率也在不断增长。作为心脑血管疾病的高危因素,越来越多的人已经意识到血脂的重要性,常常通过定期体检来监测自己的血脂水平。那么,血脂检查到底要关注哪些指标?血脂检查前需要注意些什么呢?

## 什么是血脂检查?

血脂是血液检查中关于脂类及胆固醇的总称,是临床上某些疾病的诊断依据之一。血脂检查项目包括总胆固醇、胆固醇脂、高密度脂蛋白、低密度脂蛋白、甘油三酯等,如果总胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白高于正常值,以及高密度脂蛋白低于正常值,就称为血脂异常。通过检查血脂可以预防或知晓是否患有肥胖症、动脉硬化、高血脂、冠心病、糖尿病、肾病综合征,以及其他一些心血管疾病。

低密度脂蛋白是将肝脏合成的胆固醇运送到全身组织的一种蛋白,是血液中胆固醇含量最多的脂蛋白。如果低密度脂蛋白升高,“搬运工人”也就多了,它搬运的胆固醇便会积存在血管的内壁,逐渐形成动脉粥样硬化,引起冠心病、脑梗死等疾病,所以,低密度脂蛋白被称为“坏”蛋白。如果化验单上低密度脂蛋白含量低,其实是好事。

高密度脂蛋白堪称血管的清道夫,其作用正好与低密度脂蛋白相反,可逆向转运胆固醇,将周围组织的胆固醇送到肝脏进行代谢,从而降低动脉粥样硬化风险,被人们亲切地称为“好”蛋白。吸烟、肥胖等均可使高密度脂蛋白水平降低,运动、清淡饮食可升高高密度脂蛋白水平。同样,高密度脂蛋白在体内的含量高是好事。

甘油三酯是人体各种脂肪组织中的主要成分。如果体内甘油三酯含量过高,过剩的甘油三酯会贮存于器官及皮下,造成肥胖;如果沉积在血管壁上,会引起动脉硬化,从而引起心肌梗死、脑梗等心脑血管病,还会造成胰腺等器官组织的急性炎症,进而危及生命。因此,如果甘油三酯指标后标有上升的箭头,则需要提高警惕了,日常生活中除了要合理饮食、规律作息、均衡营养外,必要时还应在医生的指导下进行干预。值得注意的是,甘油三酯

水平容易受遗传和环境因素的双重影响。

## 血脂检查前的注意事项?

1. 空腹 10~12 小时 血脂必须在空腹状态下进行,只有严格按照医生的指导做好空腹检查准备措施,才能得到准确的检查结果。一般认为,空腹 10 小时以上进行血脂检查比较合适,因此,检查前一天晚上 8 点之后就不能吃任何东西了,只能喝少量水,晚上 10 点以后不要饮水。

2. 严禁饮酒 喝酒也会对血脂浓度造成一定的影响,从而导致化验结果异常。因此,抽血前 3 天内应该避免大量饮酒,检查前 24 小时之内不能饮用任何酒水;其次,抽血检查前 3 天内应该避免吃高脂食物,防止出现血脂升高的假象。

3. 注意休息 检查前长时间站立或走路,尤其是跑步,均会对

检查结果造成影响。因此,检查前要注意休息,避免进行剧烈的体育活动,抽血前最好先休息 5~10 分钟。

4. 避免服药 某些药物会影响血脂检查结果,如一些治疗冠心病的药物可降低胆固醇和甘油三酯,维生素 A、维生素 D 可使胆固醇升高,避孕药可使低密度脂蛋白胆固醇和甘油三酯水平明显升高等等。所以,为了避免影响到血脂检查的结果,检查前 2~3 天最好不要服用这些药物。

5. 某些疾病不宜检验 血脂水平容易受到某些疾病的影响而发生变化,如发生严重创伤、心肌梗死、急性感染、发热时都会影响血脂水平,因此,这段时间不宜进行血脂检查。其次,女性妊娠期和经期也会影响血脂水平,要合理安排检查时间。

血脂不仅能够反映人体的基础代谢,还可以通过血脂水平知道自己是否有心脑血管疾病,尤其是冠心病和动脉粥样硬化的风险。中老年人以及身材肥胖者是高血脂的高危人群,一定要重视血脂检查。血脂检查前,体检者要做好各种准备工作,以免各种因素影响检查结果的准确度,进而影响病情的判断,增加不必要的心理负担和经济负担。

贺州市人民医院 易文秀

尿液和粪便检验是临床医学中常见的检测方法,可以为医生诊断疾病提供重要的信息。本文将为您揭开这些检验背后的奥秘,了解如何通过尿液和粪便检验获取健康信息。

## 尿液检验

尿液检验是一种常见的医学检测方法,通过分析尿液的成分和特性,可以为医生提供有关身体健康状况的重要信息。尿液检验不仅可以用于筛查疾病,还可以评估肾脏功能、泌尿系统疾病以及其他潜在的健康问题。以下将详细介绍临床尿液检验的一些常见项目和其意义。

1. 尿液常规检查 尿液常规检查包括观察尿液的颜色、透明度、比重、PH 值等。这些指标可以提供有关肾脏的滤过功能、尿液浓稠度以及酸碱平衡的信息,例如,尿液淡黄色通常是正常的,但颜色过深可能提示脱水。

2. 尿蛋白检测 尿蛋白检测主要用于评估尿液中是否存在蛋白质。正常情况下,尿液中的蛋白质很少,当患有肾脏疾病或其他潜在疾病情况下,尿液中的蛋白质含量可能增加,提示身体可能出现了肾病、糖尿病等疾病。

3. 尿糖检测 尿糖检测主要用于检查尿液中是否含有葡萄糖。正常情况下,正常人尿液中几乎不含或仅含微量葡萄糖,因为肾脏通常会

将其重新吸收。然而,糖尿病患者体内的葡萄糖过高,不能被充分吸收,会导致尿液中葡萄糖增加,所以,尿糖检测可以作为糖尿病的筛检和病情判断的检测指标。

4. 尿酮体检测 尿酮体是脂肪氧化代谢产生的中间代谢产物,正常情况下只会微量存在。当糖代谢发生障碍、脂肪分解增加,酮体产生速度超过机体组织利用速度时,就会出现酮血症。酮体血浓度一旦超过肾阈值,就产生酮尿,从而引起糖尿病酮症酸中毒、非糖尿病性酮症中毒等疾病。

5. 尿红细胞和白细胞计数 正常情况下,尿液中是没有红细胞和白细胞的,如果尿液中出现红细胞常提示泌尿系结石或泌尿系肿瘤,如果尿液中出现白细胞,常提示尿路感染、肾炎等疾病。

6. 尿沉渣镜检查 通过显微镜观察可以发现尿液中的细菌、结晶体、红白细胞及管型等,可以帮助医生诊断和治疗疾病。

## 粪便检验

粪便检验是一种常见的医学检测方法,通过分析粪便中的成分和

特性,可以为医生提供有关消化系统健康状况的重要信息。粪便检验不仅可以用于检测肠道感染和疾病,还可以评估消化酶功能、肠道菌群平衡等方面的情况。以下将详细介绍临床粪便检验的一些常见项目和其意义。

1. 大便常规检查 大便常规检查包括观察大便的颜色、性状等,大便特征异常可能与肠道疾病有关。

2. 隐血试验 隐血试验主要用于检测粪便中是否含有隐蔽的血液,常用于筛查消化道出血,帮助医生诊断肠道疾病,如胃溃疡、结肠直肠癌等。

3. 病原体检测 粪便中可能存在各种病原体,如细菌、病毒、寄生虫等。通过病原体检测,可以辅助诊断消化道感染性疾病,如细菌性腹泻、胃肠炎等。

4. 消化酶检测 消化酶检测主要用于评估胰腺的功能,特别是胰腺酶的活性。胰腺酶在消化食物中起重要作用,异常的胰腺酶活性可提示胰腺炎等疾病。

5. 大便培养 大便培养可以帮

助检测粪便中的细菌种类和数量,有助于评估肠道菌群的平衡,辅助诊断和治疗肠道疾病。

6. 大便寄生虫检测 大便寄生虫检测用于发现粪便中是否存在寄生虫,如蛔虫、钩虫等。这可以帮助诊断肠道寄生虫感染。

通过临床粪便检验,医生可以获得关于消化系统健康状况的多种信息,从而帮助诊断和监测与肠道相关的疾病。

尿液检验和粪便检验在医学诊断中扮演着重要角色,通过这些检验,医生可以获得关于身体健康状况的重要信息,帮助病人诊断疾病、评估疾病的严重程度以及制定治疗方案。为保证结果的准确性和可靠性,尿液和粪便等标本的处理至关重要。标本处理包括标本采集、保存、运输等环节,采集标本时,需要遵循严格的无菌操作,避免外界污染;保存时应根据不同类型的标本选择适当的保存条件,以防止微生物的繁殖和变质;运输时要保证标本的完整性和稳定性,以确保在获得准确的结果。

钦州市第一人民医院 黄丽珍

# 临床尿液、粪便检验