

带您了解糖尿病检验指标

□ 平果市人民医院 甘红琴

糖尿病,是日常生活中常见的一种慢性疾病。糖尿病是一种由于胰岛素分泌不足或作用障碍导致的血糖水平过高的疾病。一旦患上糖尿病,血糖水平忽高忽低,对身体健康产生很大影响。如何判断自己是否患有糖尿病?这就需要检验指标来帮忙。本文就以上问题,简单做介绍。

诊断指标

空腹血糖:空腹血糖通常是指在清晨空腹状态下进行的血糖测量。正常的空腹血糖范围通常在3.9至6.1毫摩尔/升(mmol/L)之间。

随机血糖:随机血糖指在任何时间点进行的血糖测量,通常用于检查血糖的突然升高或降低。正常的随机血糖范围通常在3.9至7.8毫摩尔/升(mmol/L)之间。

口服葡萄糖耐量试验:患者会在空腹时口服75克的葡萄糖,

然后在1小时、2小时和3小时后进行血糖测量。正常结果通常在2小时后不高于11.1毫摩尔/升(mmol/L)。

监控指标

胰岛素释放试验:这是一种测量胰岛素水平的实验室测试。在这个测试中,患者会在空腹状态下口服葡萄糖。在口服后的一定时间,测试设备会测量血液中的胰岛素水平。胰岛素是胰腺产生的一种激素,可以降低血糖。正常的胰岛素释放试验结果应该在口服葡萄糖后的3~60分钟内达到峰值,峰值约为5~10微摩尔/升(mU/mL)。如果胰岛素释放试验结果显示峰值低于5微摩尔/升(mU/mL)或延迟出现,那么可能是胰岛素分泌不足,也可能是I型糖尿病的症状。

C肽释放试验:这是一种测量C肽水平的实验室测试。C肽是胰岛素的前体,与胰岛素具有相似

的生理作用。在这个测试中,患者会在空腹状态下口服葡萄糖。与胰岛素释放试验一样,测试设备会测量血液中的C肽水平。正常的C肽释放试验结果应该在口服葡萄糖后的30~60分钟内达到峰值,峰值约为1.6~2.5微摩尔/升(mU/mL)。如果C肽释放试验结果显示峰值低于1.6微摩尔/升(mU/mL)或延迟出现,那么可能是胰岛素分泌不足,同时,这也可能是I型糖尿病的症状。

胰岛素-C肽释放曲线分析:这是一种更复杂的分析方法,可以更全面地评估胰岛素和C肽的分泌。这个方法是测量空腹和餐后的胰岛素-C肽释放曲线,正常的胰岛素-C肽释放曲线应该是一条45~60度角的直线,表示胰岛素和C肽的释放量相等。如果曲线显示胰岛素的释放量明显高于C肽的释放量,或者曲线呈现出明显的胰岛素峰或C肽谷,那么可能

是胰岛素分泌不足或胰岛素抵抗。

病因诊断指标

糖化血红蛋白:糖化血红蛋白反映的是过去2~3个月的平均血糖水平,正常范围通常在4%~6.5%之间。如果高于6.5%,那么可能已经患有糖尿病。该指标水平受到多种因素的影响,包括血糖水平、饮食、身体活动和血红蛋白的稳定性等。

血清葡萄糖:血清葡萄糖是衡量血糖水平的关键指标。正常的空腹血糖应在3.9至6.1毫摩尔/升(mmol/L)之间。如果空腹血糖高于7.0毫摩尔/升,那么可能已经患有糖尿病。餐后2小时的血糖应在7.8毫摩尔/升以下。葡萄糖水平可能会受到多种因素的影响,包括饮食、运动和药物的使用等。

酮体:酮体是在身体不能有效利用葡萄糖时,肝脏分解脂肪产生的一种酸性物质。正常的尿酮体是阴性。然而,当血糖水平

过高,身体不能有效利用葡萄糖时,可能会出现尿酮体阳性,这被称为酮症。尿酮体阳性并不一定代表糖尿病,还可能是其他疾病的症状。

尿微量白蛋白:尿微量白蛋白是肾脏过滤功能受损的早期指标。如果尿微量白蛋白的水平高于正常范围,可能预示着糖尿病肾病的风险增加。

总之,糖尿病的检验指标众多,通过对其进行科学、准确的分析,能够帮助医生更好地评估病情、调整治疗方案,以及监测并发症的风险。糖尿病的检验指标主要可以分为三大类:一类是血糖相关的指标;一类是与胰岛素相关的指标;另一类是与糖尿病并发症相关的。通过科学地认识和理解糖尿病的检验指标,我们可以更好地应对糖尿病的挑战,让糖尿病患者的生活更加健康和幸福。

正确看待子宫肌瘤

□ 南宁市第二人民医院 周慧清

在现代社会中,女性的子宫肌瘤得病率相对来说比较高,在得知患上这种病后,不要惊慌,首先要去医院做全面的检查,在日常生活中要保持良好的生活习惯。可总有些患者高度紧张,寝食难安,非要去“瘤”而后快,要知道手术本身具有一定风险,并且瘤体有复发可能。

现年34岁的董女士在妇科检查中再次发现子宫肌瘤。作为两个孩子的妈妈,董女士子宫肌瘤史已有五六年,并且生二胎时剖腹产并顺带做了子宫肌瘤切除。鉴于董女士已经有过多次手术史,因此主管医生推荐无创高强度聚焦超声治疗。不少未孕未育女士在检查出患有子宫肌瘤都会产生焦虑、疑惑,会不会影响怀孕,需不需要治疗?本文为读者朋友科普子宫肌瘤相关知识,帮助正确认识、看待子宫肌瘤。

什么是子宫肌瘤

如果把子宫比作一座小屋子,这屋子内外有3层,子宫肌瘤可能出现在这3层中的任意一层中。根据肌瘤生长的位置不同可进行分类,有浆膜下肌瘤、黏膜下肌瘤、肌壁间的肌瘤三种。

子宫肌瘤是女性生殖系统最常见的一种良性肿瘤,好发于30~50岁女性,20岁左右女性人数占比不多。有相关研究发现,子宫肌瘤育龄期女性的患病率约在30%,在女尸解剖中的发病率高达55%以上。目前,子宫肌瘤的发病原因还不清楚,但是临床研究认为可能和患者的激素、遗传以及环境相关。

不利受孕,宜尽早治疗

不少女性在检查出子宫肌瘤后的第一反应就是担心影响生育功能,其实大可不必。

子宫肌瘤是否会影响怀孕,这与肌瘤的数量、大小及位置有关。如果肌瘤非常的小而且不在子宫内部,对怀孕的影响是很微弱的。如果肌瘤较大、数量多,压迫输卵管就会形成输卵管堵塞,从而引发不孕。另外一种可能是子宫肌瘤数量比较少,但体积大,改变了宫腔原有的形态,影响到受精卵着床,从而影响受孕。此外,患子宫肌瘤的女性更容易流产或者不孕。

因此,患子宫肌瘤,应尽早治疗。子宫肌瘤在绝经之前都会一直生长,不断地变

大,从而影响生育功能。最佳的治疗方案是改善肌瘤的症状,让肌瘤可以持续的缩小,在保留子宫生育功能的同时,降低不必要的伤害。

常见三种治法

治疗子宫肌瘤,要根据患者情况,做到因人而异,因病施策。在治疗的过程中,患者的肌瘤位置、大小及患者年龄等方面因素。

首先做好随访观察,这适用于子宫肌瘤比较小患者,建议每间隔3~6个月进行一次复查,以确保后续治疗方案。一般而言,子宫肌瘤采用以下三种治疗方案。

1. **药物治疗:**目前关于子宫肌瘤的治疗药物并没有任何的特效药,任何药物都是在治疗的期间将肌瘤缩小,但是一旦停止吃药后就会再次变大。

2. **手术治疗:**①手术切除子宫肌瘤,适用于保留生育功能的患者,但是复发率高。目前子宫肌瘤切除术主要有两种手术:腹腔镜下子宫肌瘤切除术,宫腔镜下子宫肌瘤切除术。腹腔镜下子宫肌瘤切除术创伤小,比较适用于宫颈肌瘤以及巨大阔韧带肌瘤这类手术比较难的肌瘤,在这一过程中可以避免对周围器官的损伤,减少严重出血以及其他的并发症。宫腔镜下子宫肌瘤切除术适用于治疗子宫黏膜下的肌瘤,该手术时间短,手术切除概率高,对患者后续想要怀孕的影响最小。②另外一种子宫切除术。该手术常用于肌瘤发生恶变,或者是不需要保留子宫的患者。

3. **微创治疗法:**高强度聚焦超声法,这种治疗的方法无手术切口、创伤小,对卵巢功能损害较小。

此外,很多患者在手术一段时间后去医院复查,发现又有子宫肌瘤,其实这并不一定是复发,多是之前没有被发现的子宫肌瘤慢慢长大了。对于子宫肌瘤的手术方式,是因人而异制定个体化处理方案。

在此提醒读者朋友,得了子宫肌瘤要理性对待,要进一步明确瘤体生长的部位,定期检查了解瘤体生长速度,把握其有无变性可能。如果肌瘤引起月经不调、尿频等压迫症状,或肌瘤是导致反复流产、不孕的唯一原因时,要及时就医,积极处理。

艾滋病的危害及预防措施

□ 柳州市柳铁中心医院 韦静彬

艾滋病是一种危害性极大的传染病,是一类国家重点监管的疾病。艾滋病是由人类免疫缺陷病毒(HIV)感染引起的一种免疫系统疾病。HIV病毒侵入人体后,攻击病人的免疫系统,破坏人体细胞的免疫能力,人体易感染各种疾病,并发生恶性肿瘤,病死率较高。

目前,虽已有抗病毒药物治疗,但该病仍无法被根治,早发现早治疗,可以延缓病情恶化。但无需谈“艾”色变,了解艾滋病,做好防范工作,就能保护好自己,那么在生活中如何预防艾滋病呢?

艾滋病的传播途径

艾滋病病毒主要通过性接触、血液和母婴三种途径传播,日常接触、空气、水食物等途径,不会传播。首先,通过性接触是最为常见的传播途径之一,不安全性行为,尤其是同性恋之间的性行为、多人性伴侣及性伴侣有艾滋病等情况,易引起艾滋病传播;其次,艾滋病还可以通过血液传播,如输血、血制品污染、共用注射器等非正常途径;艾滋病还可以通过母婴传播,感染艾滋病的患者在妊娠、分娩过程中,可通过胎盘、产道、乳汁等途径传染给胎儿或婴儿。

艾滋病的危害

在艾滋病期,患者常会伴有各种机会性感染和肿瘤,可累及呼吸系统、中枢神经系统、消化系统、皮肤、眼部等,因而导致多种多样的伴发症状,常见如下。

1. **细菌感染:**由于艾滋病患者CD4+T淋巴细胞遭到大量破坏,因此易遭受各种细菌感染。(1)链球菌、肺炎链球菌和流感嗜血杆菌等所致的细菌性肺炎。(2)结核病是HIV/AIDS患者中最常见的细菌感染,占HIV感染者死因的首位。艾滋病患者合并结核感染时,典型症状是全身性的播散性的多器官感染,表现为发热、乏力、盗汗、体重下降、腹痛和腹泻,可有慢性咳嗽。(3)肺孢子菌肺炎(PCP)是艾滋病患者最常见的机会性感染,又称卡氏肺孢子虫肺炎、卡肺。PCP起病缓慢,主要表现为发热、慢性咳嗽、进行性呼吸困难。

2. **病毒感染:**(1)巨细胞病毒(CMV)感染,感染可累及多个脏器,且可能合并视网膜炎,严重时可导致患者

死亡。(2)单纯疱疹病毒(HSV)感染:主要引起黏膜和皮肤等部位疱疹,且易形成疼痛明显的溃疡,严重者可出现疱疹性肺炎及脑炎。

3. **肿瘤:**艾滋病患者易患卡波西肉瘤、淋巴瘤、宫颈侵袭性肿瘤等。

如何预防艾滋病

目前尚无有效的HIV疫苗可以预防HIV感染或延缓艾滋病进展。切断艾滋病的传播途径,是预防和控制艾滋病的重要方式。

1. 普及艾滋病相关知识

只有普及艾滋病相关知识,才能提高公众的健康素养,从而预防艾滋病的传播。可以通过各种方式完成,如互联网、电视、广播、报纸等媒介宣传相关知识,也可以通过社区卫生服务机构、学校、企业和组织进行学习。只有大力普及艾滋病相关知识,进一步提高公众的健康素养,从而预防艾滋病的传播。

2. 性行为预防措施

艾滋病的预防需要从性行为中入手。人们需要了解安全性行为,在性行为时使用安全套是防止艾滋病传播最直接有效的方法之一,安全套可以有效地阻止艾滋病病毒的传播,避免在性行为时体液的交换。

3. 拒绝毒品,不共用针具

要普及毒品的相关知识,做好拒绝毒品的宣传工作。为毒瘾患者提供一定程度的医疗救助,防止不良的注射器共用和感染。此外,在医疗机构中,应严格执行一次性使用的医疗器械,避免不必要的突发事件发生,防止病毒的传播。

4. 母婴传播预防措施

首先,孕妇应在怀孕前进行艾滋病检测,检查健康状况,以减少胎儿感染的风险。其次,孕期检测和防治,包括在孕期进行多次艾滋病检测、接受预防治疗等措施。最后,母乳喂养也需谨慎,如果母亲艾滋病病毒检测结果为阳性,应及时到艾滋病治疗定点机构尽快进行母婴阻断治疗,同时进行危险系数评估,权衡母乳喂养和其他喂养方式的利弊,选择更为安全的喂养方式,以尽可能地减少婴儿感染艾滋病的风险。