

# 如何提高临床微生物检验水平

□蔡 静

在医学的广阔海洋中,临床微生物检验就像一把锋利的剑,帮助临床医生对患者的疾病进行精确诊断,从而进行合理治疗。

临床微生物检验在识别病原体、制订治疗方案中发挥着不可替代的作用。检验人员要熟练掌握临床微生物检验技术,提高业务水平,从而为临床诊断提供科学依据。

## 采样的准确性

在临床微生物检验的世界里,准确采样就像是一次成功探险的起点。想象一下,检验人员就像一群探险家,他们的任务是在人体这片广袤的“大陆”上寻找微生物的踪迹。为了提高这次探险的成功率,选择正确的“探险地点”非常重要。这就意味着,必须根据患者的症状和可能发生感染的部位来确定采样的位置。要进行临床微生物检验,对于呼吸道感染,咽拭子或痰液样本可能是最佳选择;对于泌尿系统感染,需要尿液样本。在采样的过程中,避免污染是另

一个关键因素。在采样时需要严格遵守无菌操作原则,确保样本的纯净性。正确的采样技术不仅能提高临床微生物检验的准确性,还能防止发生误诊和漏诊,从而确保患者得到合理的治疗。

## 先进的检验技术

提升临床微生物检验水平,离不开先进的技术。在这个各项技术快速发展的时代,新的检验技术不断出现。这些新的检验技术就像科学家手中的放大镜和显微镜,让微生物变得清晰可见。聚合酶链反应技术能够快速准确地检测微生物的遗传物质。这种技术

就像一种高效的“微生物DNA(脱氧核糖核酸)扫描器”,能够在数小时内确认微生物的存在,大大提高了检测的速度和精确度。此外,基于基因组学的方法,如次世代基因测序技术,可以让研究人员对微生物进行深入的遗传分析,揭示其变异和抗药性特征。这好像是对微生物进行了一次全面而深入的“身份背景调查”。

可以说,这些先进的检验技术的运用,不仅提高了检验的准确性,还帮助临床医生更好地理解微生物的行为模式,从而制订更有效

的治疗方案。随着检验技术的不断进步,未来,我们相信,临床微生物检验将变得更加精准、快速和智能,可以为患者提供更好的医疗服务。

## 坚持学习,参加培训

新的微生物不断被发现,新的检验技术和新的治疗方法不断出现。为了与时俱进,提高自己的水平,检验人员需要不断学习。检验人员必须紧跟医疗技术发展的步伐,深入了解每一个新出现的微生物,掌握每种新出现的检验技术。检验人员要参加专业的学术研讨会和讲座,学习国内外的先进知

识。有了丰富的理论知识,还要有临床实践。作为检验人员,既要有理论知识,又要有实践经验。检验人员要通过实践来提升自己的业务水平。现在,跨学科的学习变得越来越重要。微生物学、分子生物学、临床医学、生物信息学等领域的知识交叉融合,为诊断提供了多个维度的视角。检验人员坚持学习,参加培训,不仅能够掌握最先进的检验技术,还能够更深入地理解微生物的本质,为临床诊断提供科学依据。

(作者供职于重庆市璧山区中医院)

# 关于重症肌无力 你了解多少

□侯 婧

重症肌无力是一种由神经-肌肉接头处传递功能障碍引起的获得性自身免疫性疾病。重症肌无力患者的免疫系统会错误地产生一些攻击神经与肌肉连接的抗体,从而使神经与肌肉之间的连接变弱,造成肌肉难以收缩。

重症肌无力的临床表现主要为骨骼肌无力、易疲劳,可反复出现,活动后症状加重,休息后症状缓解。重症肌无力累及眼睑和眼周的肌肉,称为眼肌型重症肌无力。大约50%的重症肌无力患者属于这种类型。

重症肌无力在任何年龄均可发病,有两个发病年龄高峰:20岁~40岁,女性多于男性;40岁~60岁,以男性多见,多合并胸腺瘤。少数重症肌无力患者有家族史。重症肌无力的常见诱因有感染、手术、精神创伤、全身性疾病、过度疲劳、妊娠、分娩等。有的重症肌无力患者会症状加重,出现呼吸肌、吞咽肌进行性无力或麻痹等,从而危及生命。因此,重症肌无力患者应及时就医,并接受专业的治疗。医生会根据重症肌无力患者的具体情况制订相应的治疗方案。重症肌无力患者应保持健康的生活方式,如合理饮食、适当锻炼等,以增强免疫力,促进身体康复。

重症肌无力有哪些症状呢?重症肌无力患者全身的骨骼肌均可受累,导致出现各种症状。眼肌型重症肌无力患者会出现对称性或非对称性眼皮下垂、复视、斜视、眼球转动不灵活等症状。这些症状会影响患者的视力和眼睛舒适度,降低患者的生活质量。重症肌无力累及面肌及咽喉肌时,患者还会出现以下症状:眼睑闭合无力、鼓腮漏气、表情淡漠、苦笑面容;说话声音可能比平时小,或

听起来像得了感冒或鼻子不通;咀嚼无力,就餐时感到疲倦;饮水呛咳、吞咽困难等。重症肌无力累及肢体肌肉时,患者会出现抬臂、梳头、上楼梯、下蹲、上车困难等症状,不伴感觉异常及障碍,严重时会有胸闷、气短、呼吸急促、呼吸费力等症状。重症肌无力最显著的特点是“晨轻暮重”,即肌无力症状下午或傍晚加重,晨起减轻。在发病早期,重症肌无力患者会出现眼外肌、咽喉肌或肢体肌肉无力。肌无力经常从一组肌群开始,逐渐累及其他肌群。部分重症肌无力患者的病情会迅速进展,累及呼吸肌,甚至危及生命,发生重症肌无力危象。

对于重症肌无力患者来说,及时就医并接受专业的治疗是非常重要的。医生会根据重症肌无力患者的具体情况制订相应的检查及治疗方案,包括新斯的明试验、重症肌无力相关抗体检测、肌电图检查、胸部CT(计算机层析成像)检查、头颅MRI(磁共振成像)检查等,以明确诊断。重症肌无力的治疗包括药物治疗、血浆置换治疗等。

重症肌无力患者的预后因个体差异而不同。总的来说,经过及时有效的治疗,大部分重症肌无力患者的症状可以得到有效控制,生活质量得到明显改善,可以恢复正常的的生活和学习。

需要注意的是,某些药物会使重症肌无力患者的病情加重。使用任何药物(包括非处方药)之前,请先告知医生。怀孕也会加重重症肌无力,故重症肌无力患者在怀孕前要先告知医生。

(作者供职于山西省晋城市人民医院神经内科)

髋关节置换术是一种常见的外科手术,用于治疗髋部疾病,可以帮助患者恢复关节功能,减轻疼痛。术后的康复治疗很重要,对手术的效果有很大影响。下面,我介绍一下髋关节置换术后的康复方法。

## 什么是髋关节置换术

髋关节置换术是一种外科手术,用人工假体替换损坏的或疼痛的髋关节(一般包括髋骨和股骨头),从而恢复髋部的正常功能。

## 术后症状及并发症

在髋关节置换术后,患者会出现一些症状和并发症。其中,疼痛是最常见的症状。此外,患者还会感到手术部位肿胀、僵硬和活动受限。在康复的过程中,有些患者会出现关节脱位、感染等并发症。因此,术后需要密切关注相关症状和并发症,并及时采取措施,进行处理。

## 术后康复

**康复训练** 髋关节置换术后,患者需要进行康复训练。进行康复训练,应该遵循科学性、全面性、个体化、循序渐进的原则。正确的康复训练,可以增强关节周围肌肉的力量,改善关节活动度及关节功能,让患者尽快恢复日常生活活动能力。在康复的过程中,患者可以根据自己的情况选择合适的运动方式。需要注意的是,需要逐渐增加康复训练强度和时间,以免过度疲劳和受伤。

**物理治疗** 髋关节置换术后,患者进行物理治疗,可以缓解疼痛,减轻肿胀,增加关节活动度,从而更快地恢复关节功能。医生会根据患者的具体情况,制订合适的治疗方法,包括电刺激、冷敷、热敷、按摩等。

**饮食调节** 髋关节置换术后,患者需要营养均衡,摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质;同时,注意控制脂肪和糖分的摄入,以免对身体造成不良影响。

**心理支持** 髋关节置换术后,患者可能会有焦虑、抑郁等不良情绪。这些情绪会影响治疗效果和患者的康复进程。医生和患者家属需要给予患者足够的心理支持,帮助他们克服困难。

## 术后注意事项

**注意休息,保持伤口干燥和清洁** 髋关节置换术后,患者需要充分休息,并保持伤口干燥和清洁,避免发生感染。在康复的过程中,患者需要避免剧烈运动,不能过度劳累,以免影响康复效果。

**逐渐增加活动量和强度** 髋关节置换术后,患者需要逐渐增加活动量,以免过度疲劳。术后早期,患者可以进行一些简单的关节活动和轻度的康复训练。根据身体情况,在医生的指导下,患者逐渐增加活动量和强度。

**定期复查** 髋关节置换术后,患者需要定期到医院进行复查。医生会根据患者的具体情况,调整康复治疗方案。在对患者进行复查的过程中,医生会关注患者的症状、体征和影像学表现,及时发现和处理可能存在的问题。

髋关节置换术后的康复治疗很重要。在康复的过程中,患者要配合医生,保持乐观的心态。

(作者供职于河北省石家庄市河北医科大学第三医院骨病科)

# 在骨科领域 传统手术和微创手术的比较

□李保奇

随着医疗技术的进步,微创手术的应用越来越广泛。在骨科领域,传统手术有哪些局限性,微创手术有什么优势?下面,我简单介绍一下,希望对大家有所帮助。

## 传统手术的局限性

传统手术在处理骨折、关节置换等问题上取得了显著成绩,但也存在一系列局限性。这种手术切口较大、创伤明显,术后恢复周期较长,让患者痛苦不已。

**微创手术在骨科领域的优势** 微创手术在骨折治疗中的优势 微创手术在骨折的治疗中有独特的优势。对于一些简单的骨折,医生可以通过小切口完成固定。这种手术方式不仅可以减少手术创伤,还可以提高骨折愈合的速度。相较于传统手术,微创手术风险的增加和这些并发症,会使传统手术的治疗过程充满不确定性。

**术后的康复过程比较漫长** 对于骨科患者来说,传统手术创伤较大,使他们术后要经历漫长的康复过程。这对患者的身体和心理都是极大的考验。这个漫长的康复过程,会直接影响患者的生活质量,使他们在康复期间面临诸多不便。

## 微创手术的优势

随着医疗技术的飞速发展,微创手术应运而生,逐渐成为手术的主流。微创手术具有切口美观、手术时间短、并发症发生率低、术中组织损伤轻、出血少、住院和康复时间短等优点,正在慢慢地替代传统手术,应用越来越广泛。

微创手术以小切口为特

点,长度一般为3厘米~6厘米,是常规切口的1/5~1/4,美容效果好,更容易被患者接受。相较于传统手术的大切口,微创手术的小切口大大减小了手术创伤。这不仅有助于减少术中出血风险,还有助于缩短术后患者的康复时间。微创手术可以让患者更快地摆脱疾病的困扰,也减少了因康复时间过长带来的诸多不便。另外,微创手术的低并发症率也是其一大优势。

**微创手术在骨折治疗中的优势** 微创手术在骨折的治疗中有独特的优势。对于一些简单的骨折,医生可以通过小切口完成固定。这种手术方式不仅可以减少手术创伤,还可以提高骨折愈合的速度。相较于传统手术,微创手术风险的增加和这些并发症,会使传统手术的治疗过程充满不确定性。

**微创手术在关节疾病中的应用** 关节疾病一直是骨科领域的难题,而微创手术为关节疾病提供了理想的治疗方案。微创手术采用小切口,减小了对周围软组织的伤害。这意味着疼痛更少,患者康复更迅速。微创手术后,患者能够更快地恢复关节功能,术后不适感也较少。

**脊柱微创手术的应用** 脊柱手术涉及神经问题,风险较大,需要极为精准的操作。脊柱微创手术采用小切口或穿刺通道,运用特殊的器械和装置,在影像引导下进行治疗,具有出血少、效果肯定、术后恢复快等优点。

(作者供职于山东省聊城市冠县人民医院骨科)

# 髋关节置换术后的康复方法

□霍 佳

# 养护内分泌系统 护好五大『生命腺』

□程继华

内分泌系统是人体调节和控制各种生理功能的重要系统之一。内分泌系统由多个内分泌腺组成。这些腺体会分泌激素,调节机体的新陈代谢、生长发育等。下面,我介绍一下内分泌系统的养护指南。

## 内分泌系统是什么

内分泌系统是一个复杂的调节系统,由多个内分泌腺组成。这些腺体分布在全身各个器官中。内分泌腺通过分泌激素来调节和控制人体的生理功能。这些激素会通过血液循环到达目标器官,影响其功能和代谢过程。

激素的重要性体现在以下几个方面:

**代谢调节** 激素参与调节人体的能量代谢,包括血糖水平的调节、脂肪的合成和分解、蛋白质的合成和分解等。甲状腺激素、胰岛素等激素在这方面有着重要作用。

**生长发育** 激素对于人体的生长发育具有重要影响。生长激素、性激素等会影响骨骼生长、性腺发育、第二性征的出现等。

**免疫调节** 激素参与调节免疫系统功能,影响免疫细胞的生成、增殖和功能。

**性功能调节** 激素对于性腺的发育和性功能的调节至关重要。卵巢分泌的雌激素和睾丸分泌的雄激素对于维持正常的性腺功能和性征具有重要作用。

**维持稳态** 激素通过调节各个器官和组织的功能,维持机体的稳态。

## 五大“生命腺”的作用

**甲状腺** 甲状腺是位于颈部前方的一个内分泌腺,分泌甲状腺激素。甲状腺激素对人体的新陈代谢、体温调节、能量消耗等有着重要作用。如何保持甲状腺健康?可以采取摄入足够的碘、保持健康的体重和适当运动等措施。

**肾上腺** 肾上腺是位于肾脏上方的一对内分泌腺,分为髓质和皮质两部分。肾上腺分泌肾上腺素和皮质激素。肾上腺素和皮质激素对于应激反应、血压调节、水盐平衡等有着重要作用。如何保持肾上腺健康?可以采取减少压力、保证充足的睡眠、合理饮食等措施。

**胰腺** 胰腺是位于腹腔中的一个内分泌腺,分泌胰岛素和胰酶等。胰岛素可以调节血糖,胰酶可以维持正常的消化功能。如何保持胰腺健康?可以采取控制饮食、避免暴饮暴食、戒烟限酒等措施。

**卵巢和睾丸** 卵巢是女性的内分泌腺,睾丸是男性的内分泌腺。卵巢分泌的雌激素和睾丸分泌的雄激素,对于性发育、生殖功能等有着重要作用。如何保持卵巢和睾丸健康?可以采取合理饮食、适当运动、规律作息等措施。

**垂体** 垂体是位于脑下部的一个内分泌腺,分泌多种激素,如生长激素、促甲状腺激素、催乳素等。如何保持垂体健康?可以采取合理饮食、适当运动、规律作息等措施。

## 内分泌系统养护指南

**合理饮食** 摄入各种营养物质,包括蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质等,以满足身体的需要。

**适当运动** 有助于促进代谢,增强免疫力和保持健康的体重。

**学会缓解压力** 要学会缓解压力。通过学习放松技巧、心理咨询等方式,减少身体对压力的不良反应。

**作息规律** 作息规律,保证充足的睡眠,有助于维持内分泌系统的平衡。

**戒烟限酒** 避免长期过量饮酒,不要吸烟,以免对内分泌系统产生负面影响。

(作者供职于河南省新乡市第二人民医院内分泌科)

# 食管癌的早期征兆

□曹建光

食管癌是一种恶性肿瘤,发病率和死亡率均逐年上升。由于食管癌早期症状不明显,很多患者在确诊时已经进入中晚期,治疗难度较大,预后不佳。因此,了解食管癌的早期征兆,对于提高患者的生存率具有重要意义。下面,我简单介绍一下食管癌的早期征兆,希望对大家有所帮助。

## 食管癌的发病原因

食管癌的发病原因尚不完全明确,但已知的风险因素包括:

**不良的饮食习惯** 长期吃过热、过硬、过咸、过辣的食物,以及日常饮食中缺乏蔬菜、水果等富含维生素和膳食纤维的食物,都可能增加发生食管癌的风险。

## 吸烟和饮酒

长期吸烟和饮酒会刺激食管黏膜,导致慢性炎症,从而增加发生食管癌的风险。

## 遗传因素

有家族食管癌病史的人群,患病风险较高。

## 食管管反流病

如果有胃食管管反流病,胃酸会反流至食管,刺激食管黏膜,可能导致食管癌。

## 其他疾病

有贲门失弛缓症、食管裂孔疝等疾病的患者,发生食管癌的风险较大。

## 食管癌的早期征兆

食管癌的早期症状往往不明显,容易被忽视。以下是一些可能的早期征兆:

## 吞咽困难

有的食管癌患者

在吞咽食物时会有不适感,随着

病情的发展,吞咽困难逐渐加重。

**胸痛** 部分食管癌患者可能会在进食过程中或餐后出现胸痛。

**咳嗽和声音嘶哑** 食管癌侵犯或压迫气管和喉部神经时,患者可能会出现持续性咳嗽和声音嘶哑。

**体重减轻** 由于吞咽困难,患者可能出现进食量减少,从而导致体重减轻。

**呕血和黑便** 食管癌侵犯或破坏血管时,患者可能会出现呕血和黑便。

**贫血** 由于慢性出血,患者可能出现贫血症状,如乏力、头晕、心慌等。

需要注意的是,以上症状并

不一定是由食管癌引起的,也有可能是由其他疾病引起的。但是,如果您出现了这些症状,建议及时就医,进行检查。

## 食管癌的诊断和治疗

**诊断** 食管癌的诊断,主要依靠内镜检查、病理活检、影像学检查和实验室检查。内镜检查是诊断食管癌的首选方法,便于医生直接观察病变部位、范围和形态。

**治疗** 食管癌的治疗主要包括手术、放疗、化疗、靶向治疗等。医生需要根据患者的具体情况制订治疗方案。对早期食管癌,手术切除效果较好;对中晚期食管癌,可能需要进行综合治疗。

## 食管癌的预防措施

改变饮食习惯 多吃蔬菜、水

果,少吃过热、过硬、过咸、过辣的食物。

**戒烟限酒** 避免长期吸烟和过量饮酒。

**定期进行检查** 有食管癌高危因素的人群,应定期进行胃镜检查和其他相关检查,做到早发现、早治疗。

**治疗相关疾病** 积极治疗胃食管反流病等疾病,减少发生食管癌的风险。

总之,了解食管癌的早期征兆,对于提高患者的生存率具有重要意义。希望大家能够重视食管癌的预防和早期诊断,做到早发现、早治疗。

(作者供职于山东省聊城市高唐县人民医院放疗科)