

问问健康

如果你有任何健康方面的问题，请发邮件至 yjg@xxsb.com，或移动用户编辑短信“YJG# 短信内容”发送至 1065730234207，请尽量将症状说详细些，我们将请专家为你解答。代表性问题将刊登在周一见报的“医健馆·问健康”中。

# 自测血糖 采血是最大失误原因

今日提点

## 明日将有糖尿病义诊

下周五就是“联合国糖尿病日”，今年的主题是“糖尿病和儿童青少年”。确定与2007年相同的主题，充分体现了儿童青少年健康教育对糖尿病预防的重要意义。

在“小胖墩”日渐增多的情况下，他们身上发生糖尿病的可能性也更大。青少年糖尿病该如何预防呢？什么样的运动方式能避免肥胖，减少糖尿

病呢？

明天上午9:00-11:00中山大学附属第二医院将举办“糖尿病义诊活动”，届时，多名内分泌科教授以及专家到达现场提供糖尿病免费咨询，并免费发放糖尿病资料。你可以一次问个够，重要的是，要有预防青少年患上糖尿病的意识。

信息时报记者 徐姗  
通讯员 邢映影

医疗档案室

## “长肚子”拉黑便 原来是门静脉“大塞车”

患者名：小圆

年龄：5岁

病症：经常发烧、咳嗽、流鼻涕，腹部莫明肿起来，还拉血便。

诊断：门静脉高压

得过脐炎的新生儿，如果出现黑便、小腹胀大症状，很可能患上了门静脉高压，要上医院做超声检查，还要进行手术治疗。

信息时报记者 徐姗 通讯员 梅枚

### 个案：门静脉栓塞 孩子“长肚子”

小圆今年5岁从小体质差，经常发烧，20多天前，小圆又开始发烧了，不过这次除了咳嗽、流涕之外，腹部也开始胀起来了。到了当地医院检查，发现是位于腹部左侧的脾脏重度肿大，而且孩子已经开始脸色苍白，排出暗红色的水样大便。小圆妈妈很着急，赶紧把孩子送往广州的

医院。中山大学附属第二医院南区肝胆外科刘超教授给小圆详细检查后，表示小圆患了严重的门静脉高压，需要马上手术。

原来，小圆10天时得过一次脐炎，当时肚脐流水发脓，肚脐周围红肿，一按孩子就哭。刘超教授说，小圆患病也许就是这次脐静脉炎埋下的祸根。

### 医师诊断：脐炎细菌引发了静脉“大塞车”

“门静脉高压”这么生僻的病名，到底是什么疾病呢？门静脉又在身体的什么地方呢？

原来，人体内有动脉与静脉，静脉的作用在于把血液从其它器官导向心脏，维持体循环。通俗地讲，按照所“分管”部位的不同，静脉又分为不同脉系，门静脉为门静脉系的静脉主干，它汇集胃肠道、脾、胰和胆囊的血液。

新生儿患脐炎后，细菌经脐静脉进入体内，致门静脉感染栓塞，这是最常见的儿童门静脉高压的病因。像小圆就是典型的脐炎引发的后遗症。

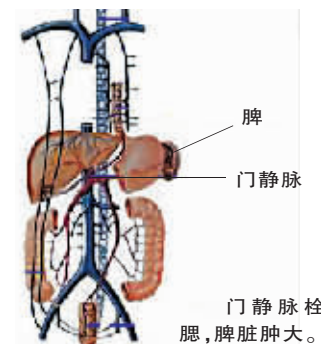
反复发生。像小圆这样就曾有过消化道出血史。

#### 手术治疗效果最好

刘超教授说，通过超声、内镜和CTA或MRA可明确诊断、评估门静脉阻塞的位置、估计预后、制定治疗措施等。而通过手术进行门体分流是治疗儿童肝外阻塞型门静脉高压症最有效的措施，在食道静脉曲张引起第一次出血后，应积极进行手术治疗。

#### 黑便是典型症状

刘超介绍，门静脉高压的临床表现包括脾脏肿大和脾功能亢进，食道和胃壁静脉曲张、呕血、便血及腹水。上消化道出血是最主要的问题，发生在90%的患病儿童中。由于肝功能正常，上消化道出血常表现为黑便，可



专家认为家用血糖仪的误差要在15%以内，超过这个范围，那么他得对照下文好好想想，操作过程中哪里出了错。

信息时报记者 徐姗  
通讯员 张秋霞



正常人空腹血糖 3.6~6.1mmol/L,餐后 2 小时血糖低于 7.8mmol/L。

王先生患有多年的糖尿病，刚开始血糖达13.7mmol/L，需经常去医院测血糖。为了方便，自己购买了一台便携式血液葡萄糖检测仪在家自测血糖。近日，他自我感觉身体明显好了许多，但自己测的血糖仍有7.6 mmol/L。于是，来到医院抽血验血糖，结果发现医院测的血糖结果只有5.8 mmol/L。是不是搞错了？他半信半疑地来到医院检验科，确认结果没错开心之余，他不禁问起：为何家用血糖仪检测结果与医院抽血的结果存在这么大的差异？

广州中医药大学第一附属医院检验专家周迎春说，一般认为，家用血糖仪的误差如在15%以内，是不会影响治疗措施的改变，故是可以接受的。

但象王先生所测结果相

差达31%，那么他在操作上肯定存在失误。

#### 采血过程易误差

采血要点经验，有些人在操作上明显不当，当然测试结果误差会相对大。周迎春说，采血过程是误差最大来源。比如，血滴过少，挤手指太用力而将血液稀释会影响结果。正确的操作方法应该是轻轻挤压手指，使血液充分流到手指。

把机器买回来后，就该严格按照说明书操作，如果你不仔细阅读说明书，未校正试纸代码，保存试纸不当，导致试纸受潮或未定期用校正液校正等也很容易造成误差。

周迎春介绍，还有一种不准确的情况，广州市民就不用担心了：因试纸反应需氧，故如在低氧环境下（高原地区）

应用，血糖仪反应迟钝会影响结果。

#### 测得可靠结果的小方法

购买质量可靠的血糖仪当然是获取准确结果的关键。对血糖仪定期进行清洁维护也是必不可少的。避开电磁干扰。血糖仪是电子仪器，如操作时附近有手机或其他无线电器材会干扰其工作；

血液内含有过高的胆固醇、尿酸、胆红素等会对血糖仪的结果产生影响，一般在空腹8小时以上测试结果更准确；

血糖太高或太低有些血糖仪会检测不到，超出2~33 mmol/L的范围即不准；

定期校正血糖仪是否准确。（也可以与抽血检查结果对比作为参考，据文献报导，血糖仪所测末梢血的血糖值可能比静脉血糖值高10%。）

图说健康

## 专家建议：孕期饮食摄入推荐

科学的孕妇营养规划将使宝宝终身受益

专家建议：孕期饮食每日标准

- 1杯至2杯奶制品（约500毫升）
- 一定量的调味品（20克至25克）、盐6克、不用或少用糖
- 1份粮食（250克至300克）粗细粮搭配
- 1个到2个水果（150克至300克）
- 一定的饮水量（2000毫升）
- 1斤蔬菜（250克）
- 100克豆制品
- 100克肉类
- 1个鸡蛋

新华社发