

# 谨慎用血 合理输血

□ 记者 朱娜 实习生 王敏 通讯员 郑备战

近日,卫生部有关负责人在“合理用血宣传周”启动仪式上表示,中国用血量巨大,但不必要用血占相当比例,临床用血有50%是不必要用血。我市的用血情况如何?是否也存在临床不合理用血现象?

## 临床用血量逐年增加

“从2005年至今,我市的用血量在逐年增加,平均每年约增加15%。”洛阳市中心血站党支部书记吕运来说,“虽然我市用血量急剧增加,但是目前的血源可以保证临床用血。”

2005年我市临床用血量为15.74吨,今年我市临床用血量增加到26吨。与此同时,我市的无偿献血者也不断增加,由最初的几万人增加至目前的60余万人,从而满足了我市血液需求。无偿献血者不断增加是因为我市全面落实献血优惠政策,让广大群众充分享受到无偿献血带来的好处。据介绍,一些城市血源紧张,尤其在大城市、大医院,血源紧张的程度甚至已经影响到正常医疗工作。虽然,目前我市的血源充足,但是,我市临床用血也存在不合理用血现象。我市去年的血浆用量占临床用血总量的45.7%,



洛阳脑病医院脑瘫科协办 电话:63970002

已经大大超过了实际需求,从这一侧面可以反映出我市临床用血确实存在不合理现象。

## 不合理用血三大原因

究竟是何原因造成了我市用血不合理现象?是医生在利益驱动下的行为,还是部分医生输血观念过于陈旧?

吕运来介绍,主要有三大原因造成我市临床用血不合理。首先,部分医务人员对输血指征把握不准确。《临床输血技术规范》

中规定,内科患者的输血标准为血红蛋白含量小于60克/升;一名外科病人的输血标准为血红蛋白含量小于100克/升。而一些患者远没有达到此标准,医生也给予输血。其次,一些医务人员用血观念落后,急需学习输血知识。现代输血观念应该是科学、合理输血,而有的医务人员对成分输血不甚了解。血站把血液按要求进行分离制备成红细胞、血浆等成分血,为科学合理用血提供了可靠保障。如果是单纯性贫血内科患者,仅需要输红细胞。

而有些医务人员仍把红细胞、血浆等组合到一起输血,以为这样输血对患者更好。虽然,血站每年都会组织我市医生进行输血知识培训。但是,很多医生对此积极性并不高。再次,由于我国的白蛋白和凝血因子等血液制品供应不足,用血浆代替白蛋白等原因,在一定程度上也造成了用血浪费和不合理。

## 科学用血杜绝浪费

血液是不可再生资源。因此,开源节流、科学合理用血已是当务之急。怎样才能合理用血,真正做到不浪费呢?

吕运来表示,今后将继续对临床医务人员用血观念、知识的培训,强化医务人员珍惜血液资源的意识。建立合理用血考核机制,要求医务人员严格掌握临床输血适应症,加强输血管理。要做到该输的不吝惜,不该输的不浪费。输血虽然是治疗许多疾病的重要手段,但输血并不是绝对安全的,输血可能引起不良反应。因此,建议医院开展自体输血,不仅可以达到合理用血的目的,也减少了输血带来的副作用,从根本上杜绝经血液传播疾病的现象。

## 专家忠告

# 自行诊断易酿大错

□ 记者 朱娜 实习生 王敏

当你生病了,是自行诊断到药店购买药品,还是到医院让医生开处方?由于自行诊断方便又便宜,很多人都选择自行诊断。但是专家表示,自行诊断存在隐患,有病应及时就医,以免贻误病情。

## 会计也能开输液处方?

家住老城区的王先生患有高血脂,前段日子,他感觉头晕乏力、胸闷心悸。王先生的爱人郭女士见状,就到药店购买了治疗心脑血管疾病的刺五加注射液,让他到诊所去输液。郭女士难道是一名医生吗?其实,她只是一名会计。

类似郭女士这样自行诊断的现象并不少见,有不少市民都有过自行诊断的经历。“我经常耳朵痒、眼睛痒,总以为是上火,就自己到药店买点去火药。”老城区洪先生说,“后来,到医院检

查才知道,耳朵、眼睛发痒不是因为上火,而是过敏性鼻炎引起的。白吃了那么多去火药,不知道会不会对身体有啥伤害?”

## 自行诊断存在隐患

“得小病先自己吃药,不行再去医院。”采访中记者发现,这是许多市民的观点。为何市民有病不直接到医院,要先自行诊断呢?对此,市中心医院感染病副主任医师元民认为,市民患感冒等小疾病,一般认为不会有什么大事,便自行诊断到药店购买药品。这个过程最多需要20分钟就可以完成。如果到医院排队挂号、看病,再排队拿药,有可能一上午的时间就过去了。与自行诊断相比,节省了许多时间。另外,有些市民担心到大医院会做各项不必要的检查。

虽然,自行诊断可以节省不少时间,但是,自行诊断却存在隐

患,小病不注意也能酿成大病。家住涧西区的徐先生,患冠心病已有5年。每当心脏不舒服时,就服下几粒速效救心丸。家人多次劝他到医院检查,他总认为吃药就没事,为啥还要费事去医院。3个星期前,徐先生又感觉心脏不适,急忙服用速效救心丸。这次,徐先生的病情不仅没有得到缓解,反而越来越难受,等家人把他送到医院时,已经错过了最佳治疗时机。原来徐先生每次吃药只是缓解症状,并不能阻止冠状动脉逐渐硬化,而他却不清楚自己的病情变化,以致危及生命。

元民说,自行诊断用药有时能缓解症状,但症状缓解了并不代表病消失。病变依然存在,如果不及时治疗可能进一步发展,甚至会贻误病情。还有一些市民认为,我自己买药吃,病也治好了,也没有吃出啥毛病。有

一些病即使不吃药也会自愈的,如感冒等疾病。此外,一些药物虽然短期内看不到不良反应,但是长时间下来,药物的不良反应是会累加的。

## 无医学知识者切勿自诊

如果情况不允许到医院看病,患者该怎么办呢?

元民表示,没有一定医学知识的人,切勿自行诊断。如果发病时症状轻微,可以通过电话咨询医生,在其指导下进行简单自诊。但是,由于医生见不到病人,很难作出准确而全面的判断。因此,电话咨询医生自行诊断的有效率并不高。长期慢性疾病如糖尿病、高血压、心脑血管疾病等患者,在症状已经确诊的前提下,当病情发作时可以服用经常使用的药物。但是,慢性疾病患者要定期体检,以便及时发现与疾病相关的并发症。

# 冬季糖友别穿“危险”袜子

□ 记者 吴彬 实习生 张静静 通讯员 牛牧青

记者近日从我市各医院获悉,随着气温的降低,糖尿病足就诊患者有所增加。医生提醒,糖尿病人要特别注意冬季足部防寒保护,如果穿袜子不正确,可能给糖友带来极大的健康危害。

采访中记者在河科大一附院内分泌科看到,一位50多岁的李姓女患者正在叙述病情。她被查出患有糖尿病五六年了,从今年入冬开始,她经常感到双脚冰凉、发麻、发疼,感觉迟钝。经诊断,医生认为这是糖尿病足的初期表现。据该科主治医师姜宏卫介绍,

糖尿病足是糖尿病常见的并发症之一,是由于下肢血管病变、神经病变和感染共同作用的结果,严重者可致足溃疡、足坏死、截肢,患者甚至有生命危险。姜大夫说,近日下雪降温,糖尿病足的就诊患者就有所增加,前来就诊的患者多是50岁到60岁的人。这是因为,人体受冷空气刺激,血管收缩,血液循环受到影响,神经末梢供血不足。在缺血的情况下,糖尿病患者踝关节以下部位容易引起神经病变。

姜大夫建议糖友,穿袜子首

选纯棉制品,因为纯棉的吸汗、透气性好,可以保持足部的干燥,同时棉袜更加柔软舒适,能减少足部与鞋的摩擦,从而减少足部皮肤破损、感染的机会;不要穿弹力袜子,尽量选择袜口宽松的袜子,因为糖尿病患者足部血供较少,弹性较大的袜子容易紧绷在脚上,加重足部的血液循环障碍,从而容易导致足部缺血、破溃、感染;有的研究者还主张糖友尽量选择浅色的袜子,因为糖尿病患者足部周边神经发生病变,使患者的保护性感觉减退甚至丧失,有时足部发生溃烂

也没有感觉。深色的袜子就容易掩盖蛛丝马迹,而分泌物渗到色浅的袜子上,穿脱衣服时容易及时发现。

另外,姜大夫还提醒糖友,对于足部问题一定要“小题大做”,比如平时洗脚一定要先试水温再下脚,防止烫伤,因为糖友的脚在温度感知上可能与普通人相差很远;注意保持脚部清洁,即使出现很小的溃破,也要用酒精擦拭消毒,注意观察,防止病情进一步恶化;出现感染症状时,在家里处理不得当,最好及时到医院就诊。

## 今日门诊

洛阳脑病医院 特约  
电话:15838833838

## 都是怕冷憋尿惹的祸

**新闻背景** 由中华中医药学会主办的我国首个公众尿路健康调查“2009年公众尿路健康调查”结果近日在北京正式公布。调查显示:尿路感染普遍给患者带来身心困扰,但患者在尿路感染认知方面均存在不同程度的误区。

“没想到憋尿也能憋出病来”,喜欢“宅”在家里的张先生叫苦不迭。这些日子寒冷的天气让张先生总是不敢多喝水,生怕上厕所的次数太多受凉。可最近几天,他总觉得身体不适,每隔十几分钟就想“方便”一次。一开始也没当回事,没想到过了几天,他感到腰部酸痛,紧接着还发起了高烧。市中心医院泌尿外科主任霍庆祥指出,冬季天气寒冷,久坐憋尿或是喝水过少,易发生尿路感染。

以往尿路感染患者以中老年和女性为主,但此次调查发现,目前青年及男性群体的患病比例逐年增加。其中,青年群体(18~34岁)占患者人数的32.4%,患者35岁以下初发疾病的比例为31.9%。

“青年男性工作压力大、生活节奏快,长期处于亚健康状态,导致泌尿感染性疾病发病率逐渐增高并呈低龄化趋势。”霍庆祥指出,冬季天冷,人体活动少,饮水量也较夏天少,如果不注意主动补充水分,就会使尿液浓缩、排尿减少、冲洗细菌的作用降低,最后被尿路感染纠缠上。男性长期饮酒、驾车久坐、憋尿等不良生活习惯和患病有很大关系。

正常排尿过程是一种受意识和神经控制的反射性活动,成人每天平均排尿4~6次。一般情况下,当膀胱胀到一定程度时,就会刺激感受器,并经神经反射传至大脑产生尿意,此时不应有意强忍,长时间憋尿容易造成男性患前列腺炎、尿路感染等多种疾病。

对于女性而言,其生理结构更容易引发或加重尿路感染,从而遭遇尿频、尿急、尿痛、腰部酸痛及头晕失眠等恶性症状的困扰。

霍庆祥提醒市民,应养成良好的生活习惯以预防尿路感染,每天充分饮水,维持每日2升以上的水分,每2至3小时排尿一次,避免细菌在尿路繁殖。平时要勤洗澡、勤换内裤,不要憋尿,养成便前洗手的习惯,夫妻生活要多注意卫生;避免养成酗酒、久坐、长期开车等不良习惯。

## 小贴士

尿路感染是由细菌(极少数可由真菌、原虫、病毒)直接侵袭所引起。尿道炎炎症反应以尿频、尿急、尿痛为主要临床症状,一般伴有寒战、发烧、腰痛、腹痛等。尿路感染是一种常见的多发性疾病,男女老少都有可能受其“侵扰”。另外,尿路感染还是糖尿病、前列腺炎等许多病症的并发症,扩散人群极其广泛。据了解,我国目前患泌尿系统疾病总人数不下3000万,是仅次于呼吸道感染的第二大易感染疾病。

(记者 崔宏远)