

透过尿液看健康

□ 记者 崔宏远 通讯员 范海岚

尿液是反映身体健康状况的重要指标,通过尿常规检查可以为肾病、糖尿病、泌尿系统感染等疾病提供诊断依据,是医院最常用的检查项目之一。尿常规检查主要包括尿色、尿透明度、尿蛋白、尿胆原、酸碱度、比重、尿糖、红白细胞等指标。

河科大二附院肾内科主任张春荣表示,尿常规化验检查方便,结果通常以“+”、“-”符号表示,“+”代表是阳性结果,说明异常,“-”代表是阴性结果,说明一切正常。但是,尿常规化验结果有时会受到药物、饮食等干扰,要听从医嘱,客观看待检查结果。

尿色 正常为淡黄色

如果出现红色尿,表示患者可能患有泌尿系统结石、膀胱炎、急性肾炎或外伤等;出现深黄色或浓茶色尿,表示患者可能患有黄疸型肝炎。

另外,患者服用的一些药物也会让尿液变色,需区别对待。如小便变绿色,可能是服用了消炎痛等药物;小便呈黄色,可能是服用了黄连素、核黄素、四环素等;小便呈棕色,可能是服用了消炎药呋喃坦啶、痢特灵等。

尿透明度 正常为清晰透明

尿液浑浊可能是尿路有感染,放置过久的尿液也会出现混浊。

尿蛋白 正常值为阴性(-)

尿蛋白呈阳性分为病理性增多和生理性增多。病理性增多说明患者可能患有急慢性肾炎、肾功能衰竭、泌尿系统感染等。“+”符号的多少表示尿蛋白程度轻重,越多越严重。“±”表示有极少量尿蛋白,属于生理性增多,可能是食用高蛋白食物、发热、剧烈运动、



洛阳脑病医院脑瘫科协办 电话:63970111

妊娠期等偶然出现的尿蛋白。

酸碱度 均值为6.0

尿的酸碱度受饮食、服用的药物影响很大,该值只有在某些疾病中才有意义。病理性酸碱度升高,表示患者可能有尿路感染或服用了碱性药物等。病理性酸碱度降低,表示患者可能有糖尿病、严重腹泻或服用了酸性药物等。

比重 正常范围为1.015~1.030

尿比重受年龄、饮水量和出汗的影响,尿比重的高低,主要取决于肾脏的浓缩功能。比重增高表示患者可能患有急性肾炎或少尿,降低表示患者可能患有慢性肾炎、尿毒症等。

尿糖(葡萄糖) 正常值为阴性(-)

尿糖含量取决于血糖含量,血糖浓度升高,尿液中就会出现尿糖。尿糖阳性表示患者可能患有糖尿病、肾上腺皮质机能亢进等。“+”表示尿糖程度,糖尿病患者尿糖通常可达

2~3个“+”。

红细胞 正常值男性为0~3/微升 女性为0~9/微升

红细胞增多表示患者可能患有泌尿系统感染、结石等疾病,应引起重视,并到泌尿专科进一步检查确诊。女性经期前后不宜化验尿液,以免误诊。

白细胞 正常值男性为0~5/微升 女性为0~12/微升

白细胞增多表明患者出现了泌尿系统感染,可能患有肾炎、膀胱炎、尿道炎、前列腺炎等疾病。

尿酮体 正常值为阴性(-)

正常尿液中不会检出酮体,阳性则表示患者可能患有糖尿病,或是出现妊娠、高热。

尿胆红素、尿胆原 正常值为阴性(-)

阳性则表示可能有黄疸存在。

健康早知道
河科大二附院
体检中心
咨询电话: 63940002
地址: 市西工区金谷园路80号

身边提示

四种伤口不宜使用创可贴

孩子不小心摔伤了膝盖,家庭主妇不慎被菜刀割伤了手……日常生活中,碰到这些小伤害,人们第一时间想到的往往是创可贴。但是,小小的创可贴不是“灵丹妙药”,在使用时有很多注意事项,而我们却往往忽视它。

小而深的伤口不能用 由于创可贴的吸水性和透气性都比较差,不利于伤口内的分泌物和脓液排出,容易使细菌生长繁殖,引发或加重感染。尤其容易感染破伤风杆菌等厌氧菌。

动物咬的伤口不能用 对于狗咬伤、猫抓伤、蛇咬伤、毒虫蜇伤等伤口,切忌使用创可贴,以免毒汁和病菌在伤口内蓄积或扩散。应在第一时间,用清水、凉茶水、矿泉水、生理盐水、2%的肥皂水,甚至尿液等,反复冲洗伤口15分钟以上。

污染较重的伤口不能用 污染、已经发生感染的伤口或烧伤、烫伤的创面以及创面较大的皮肤擦伤,都不能使用创可贴来覆盖创面,否则将会引发或加重感染。

表皮轻微擦伤不需 如果仅仅是轻微的表皮擦伤,不必使用创可贴,只要用碘伏或酒精涂一下,就能预防感染。

抹布最好选浅色



抹布的用途很简单,就是用来做清洁,但抹布用起来也挺复杂,如果使用不当,就会成为细菌传播的媒介。

专家建议,按照不同的用途,应对抹布进行分类。清洁厨房、卫生间和打扫客厅、卧室的必须分开;厨房中清洗擦拭餐具的,必须和擦拭台面等的抹布分开。

具体来说,抹布应该基本保持应有的柔软度、清洁度,不能过硬,且不应有黏湿感,特别是不应该出现明显的不清洁印迹。建议人们应

视抹布的清洁程度来决定是否需要更换,尽量两三个月换一次。特别是频繁接触餐具等的抹布,应该在一星期左右,就用加少许碱的沸水煮一煮,时间一般不少于5分钟。

每次使用后,要用清洁剂彻底清洗,并充分漂洗。专家建议,清洗后的抹布,除了在太阳下暴晒杀菌,还可浸湿后放入家用微波炉,用高火进行两到三分钟的微波消毒。如果对卫生要求比较高,可以使用含氯消毒剂,每公升水放250毫克左右,浸泡30分钟以上。

建议选择抹布时,也可以按用途挑选合适的材质。比如,除了超市卖的专用清洗抹布,洗碗布还可以选用传统的丝瓜瓤,既能去污,又很环保。其他用途的抹布可以选用纯棉、无纺等材质。

另外,在挑选抹布时,尽量选择浅色的为好。比如,有些人家里的抹布就像毛巾一样柔软、雪白,干净程度肯定没问题;有些人家的抹布因为是深色,污渍不明显,则很难保证清洁。此外,浅色抹布相对深色来说,化学染料等也会较少,特别是接触餐具和熟食的抹布,更要选择白色。(仁文)

“九九龄杯金秋健康行”活动启幕

进入秋季,清凉的秋雨使人远离夏季的燥热,但气温骤变,也使秋季成了多种疾病的高发期。

为给广大读者提供更为丰富的健康信息和科普知识,本刊特与洛报集团健康俱乐部携手举办“九九龄杯金秋健康行”大型公益活动。

活动已于9月9日正式启幕,期间主办方将联合我市知名医疗机构共同开通“金秋健康行绿色通道”,为读者提供更多便利。

“九九龄杯金秋健康行”活动受追捧

本刊举办“金秋健康行”活动的消息一经发布,立即得到了医疗机构和相关企业的追捧。洛阳九九龄醋业保健品有限公司率先行动,获得此项活动的总冠军。公司董事长王体军表示,“九九龄”就是要为洛阳市民送去健康生活理念、送去醋养生文化,让市民轻轻松松实现养生梦想,快快乐乐享受健康饮食理念。

在上次“快乐暑期健康行”活动中,市第一人民医院眼科为5000余名师生祛除了眼疾,听说又有“金秋健康行”的活动,该院毫不犹豫地报名参加,他们说,要抓住一切机会,为更多读者送去健康。

洛阳毛大夫美莱整形也在第一时间参与了这次活动,院长毛新萍说,在“快乐暑期健康行”活动中,他们推出了“白天鹅一校园偶像计划”,倾力支持百万美丽基金,为校园女生量身打造出美丽,让她们以俊俏美丽的容颜以及清新脱俗的气质在激烈的求职竞争中力争上游。如今,在最适宜整形的金秋时节,她们要用更丰富的美丽项目惠及洛城女性。

此外,还有多家医院和健康机构报名参加。

秋季老人需防三大病

专家介绍,进入秋季,天气由热转凉,昼夜温差大,老年人因各项功能减弱,适应性差,更易发病,其中最需要提防肠胃、呼吸道以及心血管疾病的复发。

秋季是老年人慢性胃炎和胃、十二指肠溃疡复发的高峰期。气温下降后,人体内的胃酸分泌增加,胃肠易发生痉挛性收缩,导致胃病复发。因此,老年人的日常膳食应以温软淡素为主,同时调整自己的情绪并配合药物防治。

秋季也是上呼吸道感染病高发期。老年人因抵抗力较差,受凉后易被病毒侵袭,因此症状重的感冒患者一定要及时就医。

秋季早晚温差大,容易导致血管痉挛、血压波动,引发心脑血管疾病。专家建议,中老年人特别是心脑血管基础性疾病的人群,应加强身体保健,及时查找可能导致疾病发作的原因。

谨防鼻炎侵袭

另外,秋季也是过敏性鼻炎的高发期,据专家介绍,约70%的过敏性鼻炎可诱发过敏性哮喘,过敏性鼻炎患者发生哮喘的危险性比正常人高8~20倍。专家指出,很多人对鼻炎不以为然,放弃治疗,结果导致疾病迁延不愈,给健康留下隐患。

其实,医学发展至今,已经有很多方法可以治疗慢性鼻炎,鼻炎患者应积极治疗,以免因小失大。(孙欢欢)

今日门诊
洛阳脑病医院 特约
电话:15838833838