



(3) 三级站立平衡训练：注重诱导患侧进行姿势反射活动，在突然的外力作用下患者依然能够处于平衡状态。康复治疗师或家属把手放在患者的肩胛骨或骨盆，引导患者进行一定方向的抗阻平衡训练活动。



(4) 辅助站立平衡训练：患者不存在体位性低血压情况，且股四头肌肌力高于三级，腓肠肌及比目鱼肌肌张力低于两级，可鼓励患者下床，慢慢地转移体位，在活动区内组织开展简易直立站板静态站立训练，家属再旁进行协助。佩戴足踝矫形器，指导患者足跟尽可能量着地，膝关节、髋关节始终处于稳定状态，指导患者慢慢地将股四头肌和胫前肌收缩，双上肢平放在台面上支撑。站立时，以患者可耐受为度，每次训练至少二十分钟，每天一次，连续六周。基于患者下肢运动能力恢复情况，鼓励患者在站立时可开展有意识的前后左右中心转移训练，也可从斜板站立慢慢地过渡到平衡杠内步行训练。

4 重心转移时调整姿势

(1) 站立时，指导患者双足慢慢分开，并同双肩一样宽，慢慢地抬头。(2) 站姿如上，嘱咐患者慢慢地转头，躯干向左、向右进行转移，然后再回到中立位。值得注意的是，整个过程中躯干始终处于直立的状态。(3) 取站立位，双手慢慢地向前、侧方及后方伸去，尽量从桌子上拿到物品；(4) 取站立位，患侧下肢负重，指导患者使用健腿向前迈进一步，然后再回到中立位，然后在后退一步。

5 增加难度

(1) 分别向前、向侧、向下伸手去抓抛来的球及向前迈一步去抓球；(2) 用一手或双手从地上拾起不同的物体；(3) 用健腿或患腿向不同方向迈步（前、后、左、右），以及练习跨过物体等。

脑卒中患者站立平衡训练，不仅能够达到改善血液凝滞的效果，同时还能够促进肢体肌肉功能保持正常。相关研究表明，接受站立平衡训练的患者，下肢功能、步行能力得以明显改善，这说明了站立平衡训练下患者的下肢功能和步行能力改善效果更显著。这主要是由于站立平衡训练能够尽早实现对脑部神经的刺激，同时保证机体正常血液循环，避免中枢性神经萎缩，为肢体感觉的刺激保留机会，增强肌张力，更利于脑卒中后脑的参与功能区重建，帮助肢体功能快速恢复，对此应广泛推广，造福于脑卒中患者。

检验科科普知识之白带常规检查

何 玲

郫都区犀浦街道社区卫生服务中心 四川成都 610097

【中图分类号】R446.1

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 10-046-02

阴道分泌物检查也被称作白带常规检查，通过这项检查能够对女性生殖系统感染、肿瘤、雌激素水平的诊断以及性传播疾病有着一定的参考价值，同时还能够判断检测者阴道是否存在炎症，能够进一步诊断炎症发生的原因。白带常规检查是妇科检查中常见的检查方式，那么关于白带常规检查，这些知识你了解吗？

正常白带是什么样子？

正常情况下阴道分泌物是白色的稀糊状液体，通常没有味道，分泌量的多少和雌激素水平的高低以及生殖器官充血情况有关，在排卵期前后，排卵期白带量会增多，呈清晰透明的样子，和鸡蛋清的质地相似，在排卵期两三天之后白带会变得浑浊且粘稠，并且分泌量会减少。在月经之前分泌量也会有所增加，妊娠期白带量较多，在绝经之后，白带量会减少，这是由于雌激素分泌减弱，生殖器官的腺体功能弱化导致的。正常情况下女性阴道分泌物呈弱酸性，阴道内 pH 值保持在 4 ~ 4.5 左右，这样的环境不容易导致细菌和病毒的滋生。如果白带的 pH 值上升到 7.0 左右的时候，

阴道内抵抗力就会下降，导致阴道容易受到细菌的感染，导致阴道炎的发生。如果女性发现自己的白带出现了变黄、发臭或者瘙痒的情况，应该及时前往医院进行检查。

白带常规检查有哪些内容？

在进行白带常规检查的时候，医生会从检测者的阴道中提取一点分泌物做成涂片进行检查，如果发生阴道菌群失调的情况，白带的成分就会发生变化，通过检查就能分辨出阴道内是否有滴虫、霉菌和细菌性阴道病，同时还能对阴道内的 pH、清洁度进行确认，通常检测在 20 分钟后就能得出结果。

建议有过性经历的女性每年都要进行一次白带常规检查，尤其是在自检发现白带出现异常的时候，更需要及时进行检查，找到病原体。同时一些妇科手术在进行之前，也需要进行白带常规检查，例如宫颈息肉、人工流产等，必要的时候还需要对衣原体、支原体以及淋球菌进行检查，这样能够判定阴道内有无致病的微生物，避免在手术过程中发生上行感染。

白带常规检查有哪些检查项目?

1. pH 值: pH 值指的是酸碱度, 健康女性阴道环境的 pH 值为 4-4.5 左右, 如果检查报告单显示 pH 值结果超过了 4.5, 甚至升高到了 5-6, 就意味着检测者可能患有滴虫性阴道炎或者细菌性阴道疾病。

2. 阴道清洁度: 在白带常规检查当中, 将阴道清洁度分成了四个等级: I 度说明了阴道内有着大量的阴道上皮细胞以及大量的阴道杆菌, 这是比较常规的表现; II 度说明了阴道内部有着少量的白细胞, 同时还有少量的杂菌以及脓细胞, 这说明了阴道内有着轻微细菌感染; III 度说明了细胞内部已经有了大量的脓细胞以及杂菌, 这时候就已经患上了阴道炎症; IV 度说明了阴道内主要为脓细胞和杂菌, 这个时候细胞感染已经十分严重的。

3. 霉菌与滴虫: 这项检查的目的主要是确认自己是否患上了霉菌或者滴虫性阴道炎。如果检测报告单的这项检查后面标记为“+”, 这就说明了已经患上了滴虫或者霉菌, 但是仅从一个符号中不能看出感染的严重程度, 还需要和医生进一步进行检查和确认。

4. 胺试验: 胺试验也被称为胺臭味试验, 通过这项检查能够诊断细菌性阴道疾病。女性患者患上细菌性妇科炎症后, 白带就会有异味, 这主要是由于白带当中所含有的胺在遇到碱性物质之后就会释放氨气。如果报告检测的结果是阳性, 就说明了已经患上了细菌性阴道疾病。

5. 线索细胞: 线索细胞指的是细菌性阴道疾病患者, 有着很多的杆菌凝聚在阴道上皮细胞的边缘, 如果在白带涂片中看到了阴道上皮细胞的边缘位置有着颗粒状或者点画状的物体使得涂片模糊不清, 这就是线索细胞。如果存在线索细胞, 并且胺试验中检测为阳性, 就能判定检测者患有细菌性阴道疾病。

以上就是白带常规检查的一些常识科普, 需要注意的是, 在白带检查前的一天内, 应该避免性生活, 因为无论是精液还是避孕套上的杀精剂, 都会对隔天的化验结果产生影响, 同时盆浴、阴道灌洗以及用药也会影响检查结果, 干扰医生的判断, 因此检查之前应该注意停药。

中西医结合治疗糖尿病足溃疡

孙 荣

广安市前锋区人民医院康复科 638019

【中图分类号】R587.2

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 10-047-01

糖尿病足溃疡是目前导致糖尿病患者致残率以及致死率非常严重的慢性并发症之一。糖尿病足的病理基础主要是由于糖尿病的慢性血管病变和神经病变合并感染而引起的, 轻微的皮肤破损以及挤压伤都会引起感染, 导致患者出现溃疡、肢端坏疽等情况, 严重时还会导致患者截肢, 属于糖尿病发展中的一个非常严重的阶段, 不仅降低患者的生活质量, 也会影响患者的生命健康。在中医上认为, 糖尿病足溃疡属于本虚标实的症状, 而热毒血瘀是标, 阴阳血气不足则是本。糖尿病足的发病机制主要是血行不畅而导致的经络瘀阻, 消渴日久也会血行无力、气阴两虚、阴阳两虚; 而血行带湿和痰湿化热以及阴虚热盛还会导致患者出现肢端失养和血行不畅的情况。糖尿病足的发展是动态性的, 同时还会相互转变。如果继续的发生感染还会深入骨髓, 加重疾病的发展; 如果精血亏虚会影响生肌、会迁延病情。此外, 在中医上还指出, 久病成瘀和血瘀会导致患者神经内分泌紊乱以及局部生物活性异常, 还会导致患者的组织功能代谢紊乱。

一、西医治疗糖尿病足溃疡

主要是采用营养神经治疗和常规的换药, 首先使用碘伏对患者的伤口处进行消毒, 随后在使用庆大霉素对其进行外敷, 隔一天使用一次, 并且给予患者维生素 C10mg 和复合维生素片 2 片进行口服, 每天服用 3 次, 而微生物 B12500 μ g, 则是每天服用 1 次。

二、中医治疗糖尿病足溃疡

中医对糖尿病足治疗是在西药的基础上在使用中药黄芪注射液 20ml 加入到 250ml 的生理盐水中进行静脉滴注, 还有 20ml 的丹红注射液加入到 250ml 的生理盐水中进行静脉滴注, 10 天为一个疗程, 所以患者需要连续治疗 10 天。

除以上的治疗方法外还会根据中医辨证施治将其分为血气不足和热毒内蕴以及血瘀阻络和阴虚阴寒等, 对患者依次使用中药外敷进行治疗。对阴虚阴寒的患者可以使用徐长卿、鸡血藤、桂枝和川椒等用水煎后进行外敷; 而对于血瘀阻络的患者可以使用没药、乳香、红花等用水煎后外敷; 对于热毒内蕴的患者可以

予患者地肤子、败酱草、百部以及蒲公英和金银花等用水煎后进行外敷; 对于具有血气不足的患者来说可以给予鬼箭羽、益母草、黄芪和当归等用水煎后进行外敷。此外, 可以利用中药汤剂进行治疗, 根据中医辨证理论对阳虚阴寒的患者使用府和汤进行调配服用; 而对于具有血瘀阻络的患者可以给予血府逐瘀汤调理; 对于热毒内蕴的患者来说可以给予四妙勇安汤加以辅助治疗; 对于具有血气不足的患者来说可以使用八珍汤进行辅助治疗。以上中药汤剂用水煎服, 每天分早晚 2 次服用, 每天服用 1 剂。

三、糖尿病足溃疡的预防和护理

1. 预防措施: (1) 合理且规律的进行饮食, 控制每餐热量的摄入, 同时保持少食多餐的原则, 尽量食用清淡、低脂、少糖、少盐的食物。(2) 根据自身的实际情况, 选择合适自己的运动方式, 防止出现肥胖的情况。目前在临床上认为低强度、持续时间长的运动主要是慢跑和游泳。平时避免久坐不动。每周至少有 5 天都进行每天 30 分钟以上的中等的运动量。这里建议大家将体重指数维持在 24 左右即可。(3) 戒烟戒酒。(4) 合理的去控制血糖和血压以及血脂的情况, 降低糖尿病足的发作。(5) 鞋袜一定舒适, 避免挤压脚部。(6) 当出现脚步疾病, 如鸡眼等, 一定要及时进行处理。(7) 监测足部皮肤的温度以及皮肤的颜色变化, 当发现异常情况要尽早的进行处理。

2. 护理措施: (1) 遵医嘱用药: 指导患者一定要按照医嘱进行服药, 积极的配合降压、降糖以及降脂的治疗。(2) 运动: 有效的运动对于糖尿病足的患者来说是非常重要的, 所以根据患者的实际情况选择合适的运动方法可以降低疾病的发展, 长期坚持还可以改善疾病。对于足部皮肤比较完整的患者, 进行有效的运动锻炼可以提高患者的运动耐受性, 并且改善患者的运动功能。

(3) 饮食护理, 告知患者避免服用会升高血糖的碳水化合物, 应该多吃一些高蛋白的食物。(4) 特殊注意事项, 因为糖尿病足的患者在常规控制血糖的时候, 容易发生低血糖的情况, 所以建议这类患者随身携带糖块, 避免低血糖危象。