



省科学技术协会协办

时下,越来越多的人都会进行定期体检,但不少人面对体检报告晦涩的医学术语与密密麻麻的数字时,却是一头雾水。再看到指标后面带有上下浮动的箭头就更闹心了。那么,体检报告上的各个项目都是什么意思?指标后面上下浮动的箭头又代表了什么?本期我们就邀请专家教大家看懂体检报告。

体检报告你看得懂吗

本报记者 毕雪

本期专家

姜宏宇:教授,主任医师,博士生导师。吉林大学第一医院体检中心主任,吉林省智慧健康管理科技创新中心主任。主要从事心脑血管疾病、糖尿病、肿瘤等慢性非传染性疾病的风险评估、早期诊治等临床、教学及科研工作。

血常规

姜宏宇:血常规是最基本的体检项目之一。血液是由液体和有形细胞两大部分组成,血常规检验的是血液的细胞部分。血液中主要有三种不同功能的细胞——红细胞、白细胞、血小板。常规体检中,血红蛋白、红细胞计数、白细胞计数、血小板计数是第一步需要查看的指标。血红蛋白、红细胞计数的降低通常与贫血、出血性疾病相关,明显升高可见于血液系统疾病、严重脱水。白细胞计数轻度升高多见于感染、应激等情况,明显升高或降低可见于严重感染、各种血液系统疾病或肝病疾病。血小板明显降低常见于血小板破坏增多或血小板生成减少的疾病,例如血小板减少性紫癜、再障、脾功能亢进、肿瘤,升高可见于血液系统疾病、急性感染、溶血、肿瘤。

尿常规

姜宏宇:尿常规中尿蛋白、酮体、红细胞(潜血)和白细胞是健康体检重点观察的指标。尿常规异常主要与泌尿系统感染、肾病、糖尿病及高血压肾损害等有关。

转氨酶

姜宏宇:转氨酶通常是肝肾功能检测中的丙氨酸氨基转

移酶(ALT)和天冬氨酸氨基转氨酶(AST),其水平升高反映肝细胞损伤。服药、长期或近期饮酒都可能导致转氨酶的异常。当转氨酶明显升高时,就需要到肝胆专科进一步查明病因,可能与病毒性肝炎、药物性肝损伤、自身免疫性肝病、脂肪性肝炎、肝肿瘤等情况有关。

血脂

姜宏宇:血脂异常是人类健康的“隐形杀手”,是脑卒中、冠心病的“元凶”。血脂四项包括以下指标:总胆固醇(TC)、甘油三酯(TG)、高密度脂蛋白胆固醇(HDL-C)和低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)。其中HDL-C被认为是“好”的胆固醇,具有抗动脉硬化作用。而另外三项则是“坏”的,尤其LDL-C,是冠心病等常见心脑血管疾病降脂治疗的首要干预靶点。降脂药物的选择要有针对性,例如,他汀类降脂药主要降低LDL-C,贝特类降脂药主要降低TG。当体检结果提示血脂异常时,应结合自身健康状况,改善生活方式进行干预,必要时应在医生指导下进行合理药物治疗。

肿瘤标志物

姜宏宇:肿瘤标志物是在血液、体液及组织中可检测到的与肿瘤相关的物质,达到一定水平时,可反映某些肿瘤的存在。常用的肿瘤标志物有:甲胎蛋白、癌胚抗原、糖链抗原125、前列腺特异性抗原、细胞角蛋白19片段等。

肿瘤标志物的检测结果仅用于辅助诊断,疾病的明确诊断还需要结合相关影像学及病理学检查。肿瘤标志物升高不一定是长了肿瘤,但也不能完全排除肿瘤的发生,仅作为一种提示和信号,许多其他疾病例如炎症、胃肠道息肉等也会引起相应肿瘤标志物的轻度升高,这种情况应该动态观察,如果指标呈进行性升高,那就一定要提高警惕,进一步查找原因。

影像报告中的结节、占位性病变

姜宏宇:需要强调的是,无论彩超、CT还是核磁,这些影

像学检查都是辅助诊断的方法,无法对结节、占位性病变的性质作出确定的诊断。经验丰富的影像学医生,会根据影像下结节的密度、形态、血流情况及与周边组织关系等进行分析和推断,给出印象或初步诊断,最终诊断还需要专科医生结合临床观察及病理结果来确定。例如:甲状腺和乳腺超声描述为纵横比>1的结节,肺CT描述为周边毛刺样、牵拉胸膜的结节等,这些结节是恶性的可能性会较大,应被重视,需要到专科进一步明确诊断。而有些较小的结节,尤其是小于5mm的肺结节或毛玻璃影,可不必恐慌,追踪观察即可,发现有变化再到专科诊治。

温馨提示

姜宏宇:当拿到体检报告时,不要被罗列出来的异常结果吓到。概括来讲,体检结果可以分为四类:

一是需要及时处理的“重要异常结果”,指体检中发现的异常情况,并具有重要临床意义的检查结果,比如高钾血症伴心电图改变、疑似主动脉夹层或心肌梗死等,需要即刻到急诊或专科诊治。

二是明确诊断的疾病,例如糖尿病、高血压病、子宫肌瘤等,需要定期到专科复诊。

三是既往存在的甲状腺结节、肺部炎症性结节、较小的肝肾囊肿等,要对比观察其大小、形态的变化,如有明显增大或形态改变时,要及时到专科就诊。

四是一些化验结果的轻微改变,隔期复查或定期复查即可。



持续关注本栏目,请扫描二维码,可获取更多内容。

开展劳动教育实践教育活动

本报讯(记者张鹤)日前,初冬的一场降雪给大地披上了银色的外衣。为了及时清理积雪,避免路面结冰带来的安全隐患,同时,也为了促进学生的全面发展,强化“劳动实践教育”,长春工程学院组织学生们拿起工具,来到宽平社区开展义务清雪活动。

这堂真实而生动的实践大课,是学校开展劳动教育的一个缩影。近年来,为进一步落实党的教育方针,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,长春工程学院始终将劳动教育融入育人全过程,建立起了“劳动教育+”的育人模式,将劳动教育与专业教育、社会实践、志愿服务相结合,不断探索劳动育人新模式。

学校通过校内劳动实践岗位,开展生活劳动、生产劳动、服务性劳动等类型的劳动实践,饮食中心、图书馆、教室、保卫处、工程训练中心等都成为了学生们开展劳动实践的重要场地;此外,学校还通过与企业共建产业学院,将企业导师聘请到劳动教育课堂,进一步提升了学生的职业技能和水平。不久前,学校就与校外基地长春经济开发区青年志愿者协会联合开展了“小空间大利用”宿舍衣橱整理劳动教育实践课,取得了良好的效果。

接下来,长春工程学院还将努力把校内的创新创业基地、各学院实验室资源开发为中小学生学习劳动教育实践基地,让更多的孩子从小了解工科行业的特点,为更好地进行职业认知打下基础,进一步发挥学校的社会服务功能。

给爸爸妈妈做个菜

本报讯(记者李文瑶)“同学们排好队,把手洗干净,摆好食材、调料,这节课我们一起来做番茄炒蛋。”

日前,长春市南关区西五小学的劳动课时开始。同学们站在案板前,跃跃欲试想要炒出一盘妈妈味的番茄炒蛋。老师做完示范后,由学生们轮流操作,切番茄、打鸡蛋,学生的动作像模像样。

一口口电炒锅前,同学们陆续插上电源,“不能用湿手触摸电源,更别把手指插进电孔里。”在老师的不断提醒下,学生的安全意识大大提高。“炒菜时,先把锅里的水烧干,以免油遇到水,喷溅烫伤。”老师指导学生向锅里缓缓倒油。“油热后,慢慢加入搅拌好的鸡蛋,翻炒至金黄色,再加入番茄、调料,继续翻炒几下就可以出锅了。”老师耐心指导,学生们按步骤操作,不一会,一盘又一盘色香味俱全的番茄炒蛋出锅了,大家兴奋地品尝着自己制作的美食,“太好吃了,和妈妈做的味道一样。”每次劳动课后,学生们都会把课上学会的手艺带回家,为家长做上一盘香喷喷的菜着,他们在分享自己劳动成果的过程中感受到了快乐。

按照教育部要求,从今年9月1日起,西五小学把劳动课作为一门独立课程加入课表。学校有目的、有计划地组织学生参加日常生活劳动,他们不仅学会了制作家常菜,还试着包粽子、做月饼,在劳动课上动动手脑,学习生存技能,养成正确的劳动价值观。

西五小学校长丁国君说:“学校认真研究制定劳动课教学模式,给每个年级配备专职教师,让他们遵循青少年发展需要的生活技能设计教学方案。未来,学校还将推出更多有特色的劳动技能培训,帮助学生树立劳动最光荣、劳动最崇高的理想观念,激发学生在劳动中增强体力,增长才干。”



11月17日,天津市和平区中心小学的学生在上木工课。近年来,天津市和平区中心小学积极开展劳动实践教育,学校通过分年级开设手工艺、农事劳作等劳动课程,培养学生的劳动能力。

新华社记者 李然 摄

简讯

中日联谊医院举行义诊活动

本报讯(记者毕雪)近日,吉林大学中日联谊医院内分泌代谢科在门诊区域开展了“蓝光行动”科普义诊活动。

活动中,该科医疗专家和护理团队向前来就诊的患者及家属免费发放糖尿病科普宣传资料,并为患者答疑解惑。同时,他们还为患者免费测血糖、血压,进行合理膳食、运动指导。

据悉,此次活动旨在以科普的形式让患者了解到科学、实用的糖尿病知识,学会自我监测、自我管理,加强人们对糖尿病的正确认识,做到早预防、早发现、早治疗。

省科协举办研究生论坛

本报讯(记者景洋)为推动研究生科研成果转化,加大青年科技人才培养力度,日前,第九届省科协研究生论坛—吉林省特色农产品深加工论坛通过线上、线下相结合的方式举行,80余人在线参加。

本次论坛由省科协、省药学会主办,通过征集论文、评审、线上交流评选的方式进行。论坛共征集全省高校相关专业研究生论文49篇,经专家一轮评审后,论文排名前15名的研究生参加线上论文交流、评选活动。

论坛评选出一等奖3名、二等奖5名、三等奖6名,其余投稿论文荣获优秀奖。其中,吉林农业大学李响、北华大学杨悦、长春大学张健雯荣获论文评选一等奖。

参与人员表示,通过此次交流,同学们产生思维碰撞,激发灵感,相互学习,开拓视野,进一步明确了未来的发展方向。

推进2023届毕业生精准就业

本报讯(记者张鹤)为全力保障疫情防控常态化下毕业生就业工作扎实开展,经过科学研判、精心筹备,长春理工大学采取线上线下相结合的形式,全面启动了2023届毕业生秋季校园招聘工作,多措并举提供精准就业服务,助力毕业生高质量充分就业。

“逐梦启航,就在长理”长春理工大学2023届毕业生秋季云端视频双选会在10月28日首先拉开帷幕。247家用人单位参会,提供相关职位1054个,岗位需求达17782个。参会学生人数共计1388人,投递简历2944份;11月8日,“金秋送岗,筑梦吉林”长春理工大学2023届毕业生留省就业主题云端双选会举行,吸引了39家省内知名企业参会,为毕业生“就”在吉林、圆梦吉林搭建了良好平台;同时,各学院也在就业创业指导中心的组织协调下,积极发挥主观能动性,计算机科学技术学

院、机电工程学院、光电工程学院都开展了专场云端双选会。而且所有线下招聘活动均同步进行网络直播,确保所有毕业生能够及时获悉招聘信息。

据悉,本次学校组织的秋招活动参会单位,大部分为国内外知名、行业内领军的企业,涉及科学研究和技术服务业、信息传输、软件和信息技术服务业、制造业等多个行业,覆盖科研院所、国有企业、民营企业、三资企业等多种企业性质,为2023届毕业生提供了多样化的就业选择和充足的就业岗位。

此外,为帮助毕业生在求职过程中不断提升就业能力和就业竞争力,学校还在10月末开启了“就业服务月”系列活动,邀请职业生涯规划及企业人力资源专家为毕业生提供职业生涯规划、简历制作、面试技巧、权益保障等全方位的就业指导服务,受到了毕业生的广泛欢迎。

“消除宫颈癌 我们在行动”

本报讯(记者毕雪)今年是世界卫生组织(WHO)发布《加速消除宫颈癌全球战略》两周年。11月17日,由世界卫生组织发起,北京协和医学院培训中心主办的“全球消除宫颈癌行动两周年”活动在全国范围广泛开展。吉林大学第二医院作为本次活动长春站的承办方,举办了“消除宫颈癌,我们在行动”系列活动。

本次活动包括学术会议、健康科普讲座、一问一答、夜间点亮地标等,旨在提升广大女性对于宫颈癌的认知,增强宫颈癌防控的意识,大力推广宫颈癌的三级预防,让群众认识到宫颈癌可防可控。该院妇科主任许天敏介绍说:“我们希望通过此次活动让更多人了解宫颈癌的防控知

识和接种HPV疫苗的重要性。下一步,我们还将联合吉林大学的心理专家一同走进社区,开展宫颈癌筛查以及心理干预等活动,将专业、全面的科普健康知识传播给广大群众。”

据悉,宫颈癌是最常见的妇科恶性肿瘤之一,据统计,我国每年约有新发病例11万,死亡病例6万,严重威胁女性健康。2020年11月17日世界卫生组织发布《加速消除宫颈癌全球战略》,号召各国携手应对宫颈癌带来的重大挑战,加速实现2030年“90-70-90”的阶段性目标。即90%的女孩在15岁之前完成HPV疫苗接种,70%的妇女在35岁和45岁之前接受高效宫颈癌筛查,90%癌前病变和宫颈癌确诊患者得到规范治疗和管理。

长春市“强师计划”招聘现场火爆

本报讯(记者李文瑶)近日,长春市开展了2023届应届毕业生“强师计划”专场招聘活动。

活动吸引北京师范大学、华东师范大学、东北师范大学、华中师范大学、陕西师范大学、西南大学和吉林大学近3000名应届毕业生报名参聘。198所公办学校拟招聘教师974名,这是长春市实施“强师计划”招聘活动以来,招聘人数最多的一次。

招聘会当日,现场人头攒动,火爆异常。东北师大应聘毕业生黄同学把精心准备的简历投给了长春市明德小学。她要应聘的岗位是语文教师。明德小学教学副校长张玉英

向她介绍了学校语文学科的教学优势和特色,以及近几年学校通过“强师计划”招收的老师获得的业绩和奖励。黄同学说:“大学期间,我在院学生会任职,有较强的沟通和组织能力。我还在学校教师基本功大赛中获得一等奖,我的板书、普通话功底都是扎实的,希望学校可以给我试讲的机会。”张玉英对黄同学的条件比较满意。她说:“我们每年都有通过‘强师计划’招上来的东师优秀毕业生。学校的政策是,给新入职的教师开展校本培训,并优先举荐免费师范生参加国培省培培训,他们接受的培训内容越贴合教学实际,走上工作岗位就会越得心应手。在校内,我们也组织

了师徒结对青蓝工程,把特级教师或者省学科带头人、市学科带头人选为新入职教师的师傅,让师傅带徒弟,帮扶他们快速成长为能够胜任工作的优秀教师。”黄同学顺利通过了面试,进入试讲考核。

记者在招聘会现场还看到了长春市十一高中、长春市汽开区第六中学、长春市八十七中学等重点学校的招聘展台。通过和各学校校长、学科带头人的交流,记者明显感受到,本场“强师计划”应聘学生的素质高、沟通能力强,对应聘单位有较深的了解和认同感。在招聘考核中,招聘单位会对学生的思想品德、仪容仪表、言语表达、专业素养着重进行考察。