

血糖这些事 你都了解吗



糖尿病是困扰不少老年人的慢性病之一，由于需要经常检测血糖，不少“糖友”买了血糖仪通过指尖采血在家自己检测血糖。在检测血糖的过程中，会遇到这样那样的问题，市中医院糖尿病科主任李留霞就针对指尖血检测过程中老年人最常遇到的问题进行解答。李留霞说，通过采用快速血糖仪测量法，可以了解患者的即刻血糖值，及时发现低血糖或高血糖，并作出迅速反应和处理。所以，快速血糖仪测量法的精准性对临床有着重要的指导作用。

问题一：消过毒之后可以立即测试吗？

建议：采血时使用75%的酒精消毒，而且要等酒精完全挥发后再测试，以免酒精与试纸上的化学物质发生反应而导致血糖值不准确，且在酒精完全挥发之前进针会增加疼痛感。

问题二：采血过程中可以挤血吗？

建议：采血时，如果用力挤血会挤出较多组织液而将血液稀释，导致测得值假性偏低，所以应该避免用力挤血和过度按摩指端。自然流出法才可较好地保证血糖测量的准确性。如果自然流出缓慢，只可从掌根向指尖挤，不可挤压针尖刺扎处。

问题三：血样需要多少量？

建议：快速采血测量血糖时，需要指尖血量一般在0.5ul~1.0ul，就是生绿豆大小。如果血样量不足，会导致测试失败或测试结果偏低，需更换试纸重新测试；血量过大，溢出测试区也会影响测试结果。

问题四：皮肤厚，针扎不到毛细血管网怎么办？

建议：采血时以针尖刺到毛细血管网为准，不能太深，太深会增加患者的疼痛，刺入深度为2mm~3mm。当遇到患者手指皮肤又厚又硬，测血糖专用针头无法穿刺到毛细血管网时，可以使用皮试用的4.5号针头。

问题五：血样没有一次覆盖试纸，可以再加血吗？

建议：血样必须一次性充满反应区，不能反复多次加血。测试片会以虹吸原理自动吸血，不可用测试片靠压出血部位，也不可测试片刮血。

问题五：测试纸没有及时使用，下次可以继续用吗？

建议：不可以继续使用。测试纸很容易受到温度、湿度、光线、化学物质和空气氧化的影响而发生变质，而一旦试纸变质，将会严重影响检测结果。测试纸过早取出会影响测值的准确性，测试片取出后应在5分钟内

完成测试。测试片应存储在原包装瓶内，取出后及时盖好，防止灰尘吸附或潮湿，手指不能触碰测试区。

问题六：采完血样后，棉签按压采血部位多久呢？

建议：水肿或感染部位都不宜采血，临床上常选用无名指末端指尖侧面进行采血。采血后应使用棉签按压穿刺部位10秒。

问题七：有哪些特殊病人，测量末梢血糖值会有偏差？

建议：大部分快速血糖仪适用于红细胞压积范围为30%~60%的患者。如果血细胞比容异常的病人（例如血细胞比容偏高的新生儿，透析和化疗患者），血糖结果都会有影响。贫血患者血糖仪测定结果会偏高，红细胞增多症、脱水、高原地区测试结果会偏低。如果患者使用有维生素C、谷胱甘肽会使结果偏低，静脉输注葡萄糖会使结果偏高。临床上如果遇到收缩压<80mmHg，则不宜采用指尖血糖测定。

京九晚报全媒体记者 宋云层



自采指血小贴士

自采指血测血糖，要注意哪些细节才能测得准些？首先确定好采血时间，专家给出如下几点贴士：

● **调校好仪器**：首先应认真阅读血糖仪的使用说明书，注意各种提示信号，并保证操作前有充足的电量。然后调整好血糖仪代码，使之与试纸代码相同。建议最好使用原厂家配套生产的试纸条。每次自测时，都要注意检查试纸条的有效期，并察看试纸表面有无因受潮或受其他

污染，切忌用手触摸试纸条表面。

● **采血前准备**：先洗手，然后令手臂下垂一会儿，感觉到手指血液充盈时，即可用酒精消毒准备要扎的手指。注意一定得等酒精挥发后再扎手指。

● **扎针有讲究**：采血部位要交替轮换，不要长期刺扎一个地方，以免形成疤痕。在手指侧边采血疼痛较轻，而且血量足（动脉多神经少）。（综合）

