

抽血检验一定要空腹吗

兰俊

泸州市人民医院检验科 646000

【中图分类号】R446

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 06-111-01

抽血检验是当前全身检查中最为常见的检查项目，不管是常规检查还是病情诊断都需要进行抽血检验。那抽血检验是否一定要空腹呢？不一定，判断抽血检查是否需要空腹，是需要根据检查项目与目的来决定的，不可一概而论。部分检查项目涉及的检测指标，进食、进水后会对数值存在一定影响，因此需要空腹进行。而对于无影响的检查则无需空腹抽血。那么我们接下来就来了解一下到底哪些项目需要的抽血检验需要空腹，哪些则不需要？

一、空腹抽血

一般而言，检查肝功能、血糖血脂等方面是必须要求空腹抽血的，而且空腹时间通常要在 8 小时以上，主要是避免饮食等相关因素对抽血化验项目产生影响，特别像肝功能、肾功能、血脂、血糖等指标，容易受到饮食因素影响，在空腹状态下进行检查结果才会比较准确。抽血化验项目是依据正常人清晨空腹抽血所产生的数值来制定参考范围。如果抽血化验要跟正常参考范围进行对比，还是建议患者清晨空腹抽血。

1. 血脂检测

血脂检查可以检测体内脂蛋白的代谢和分解情况，检查血脂是需要空腹的。饮食状况对于检查的指标影响较大，如前一天进食了大量脂肪，可能会产生乳糜血，从而影响血脂的检查数值。在抽血化验之前的 2 天开始清淡饮食，避免进食高脂肪、高胆固醇食物、高热量食物以及油炸食物，避免饮酒和剧烈运动。在检查的前 1 天晚上不要吃夜宵，晨起空腹后采血检查血脂。因为在进食后，会导致血清中的脂蛋白增高，从而影响检查结果。

2. 空腹血糖检测

通常血糖检测会进行空腹血糖检测，要求患者需空腹进行，了解胰岛素情况，避免因进食导致血糖升高，影响判断。测空腹血糖一般要空腹 8 小时以上较好。测空腹血糖一般要求前一天晚上 10 点以后不再进食，到次日 8 点左右醒后就可以测血糖，期间最好不饮水或少量饮水。

3. C 肽

测 C 肽是必须空腹来测，C 肽水平需要一天抽五次血，不仅仅需要测空腹的 C 肽水平，还需要测餐后半小时、餐后 1 小时、餐后两小时和餐后 3 小时的 C 肽水平。

4. 肝功能检查

肝功能检查主要是了解谷丙转氨酶、谷草转氨酶、谷氨酰转氨酶、白蛋白等指标情况。而肾功能检查主要是化验尿酸、尿肌酐等指标。通常需要空腹检查，特别是肝功能的抽血检查，一般空腹时间最好是 8-12 个小时左右。此外，肝脏超声检查通常要求空腹。患者进食，进水后，在胃、食管或者肠道里，受食物或气体的干扰，可影响超声成像和检测结果，有时由于气体遮挡，导致肝脏观察不清楚，或者胆囊收缩导致胆囊大小、数值、厚度在检测中受到影响。

此外，空腹时间通常应为 8 小时以上，若晨起进行抽血化验，患者可以选择前一天晚上 10 点后禁食，晚餐正常进食即可，需注意合理饮食，饮食清淡，避免摄入量过多。晨起后或距

离抽血有一定时间时，饮少量水通常不会对化验结果产生较大影响，患者无需过于担心，但也不可过量。此外，空腹时间不是越长越好，如果空腹时间很长，体内的激素会发生变化，也会对抽血结果造成一定影响。

二、无需空腹抽血

有些检测项目跟饮食的关系不大，所以不必严格要求空腹，进食后进行检查也不会对检查结果造成太大影响。如糖化血红蛋白；激素包括甲状腺激素、性激素；还有风湿免疫的相关检测项目，比如抗体或者类风湿因子、心肌酶谱等。同时急诊的化验项目，特别是对急危重症的患者急诊要化验的项目，像血常规、生化、电解质、出凝血等需要紧急抽血，但不必严格空腹，检验科会尽快出具相关结果。

1. 血常规

血常规检查是一种常规化验，主要是观察体内白细胞、红细胞、血小板、血红蛋白、中性粒细胞等的体积、数目、大小，判断有无出现感染、贫血等问题，一般不必保持空腹，适当喝水吃东西对血常规检查一般不会有较大的影响。

2. 血 HCG 检测

主要是对于血液中的 HCG 含量进行测定，并不受进食的糖分、脂肪等物质的影响，通常无需空腹。HCG 也就是人绒毛膜促性腺激素，主要存在于人体血液当中，而且大部分时候其水平都是稳定的，不会受到食物、喝水等因素的影响。因此临床上检查 HCG 都不需要保持空腹状态，直接抽血即可，准确度较高。

3. 乙肝五项

由于检查的指标具有特异性，只取决于体内抗原抗体的情况，因此进食并不影响指标，所以无需空腹，但如果检查乙肝五项的同时进行其他方面的检查，需酌情考虑是否空腹。

三、餐后抽血

有些检测项目要求必须餐后抽血，像餐后的血糖、餐后胰岛素，一定要餐后才可以抽血。

1. 餐后血糖

餐后血糖一般有餐后 1 小时的血糖和餐后 2 小时的血糖。需要注意的是，餐后血糖指的是从进食第一口食物开始计时，1 小时或 2 小时后测得的血糖值。所以说，患者要是检查餐后血糖，是不需要空腹的。

2. 餐后胰岛素

查胰岛素是需要空腹的，因为要查空腹胰岛素的水平。正常人空腹胰岛素数值 $5-20\text{mIU/ml}$ ，餐后一小时胰岛素达峰值，这时是空腹状态的 $5-10$ 倍左右。机体的胰岛素主要是帮助葡萄糖进入细胞内进行进一步的代谢，并提供给中枢神经系统、肌肉组织、大脑细胞一定的能量。

综上所述，抽血化验是否需要空腹，需要根据检测项目的具体情况而定。在进行检查前，通常医生会告知患者抽血检查项目是否需要空腹，患者也可自行询问，提前做好准备，以免耽误检查。需要空腹检查的项目，提前自备食水，以免等待时出现低血糖的情况。