

## 警惕，低密度脂蛋白胆固醇

易均宇

四川省阆中市妇幼保健计划生育服务中心检验科 四川阆中 637400

【中图分类号】R589

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 04-068-01

近年来，由于多种因素的交互作用，导致低密度脂蛋白胆固醇（简称 LDL-C）具有较高的发病率，严重影响患者健康及正常生活。日常生活中，一般将该病称之为“坏胆固醇”，对其具有明显的紧张感。临床研究结果显示，该病是导致动脉粥样硬化、冠心病以及脑卒中等相关疾病的独立危险因素，如果没有得到及时有效的控制，甚至会对患者生命安全造成严重威胁。因此，必须要采取有效措施进行干预，将低密度脂蛋白胆固醇降至正常水平，已经成为临床防治心脑血管疾病的重要方式和途径。

如果检测结果显示，低密度脂蛋白胆固醇升高，必须要引起高度重视。该病并不会因为患者的故意忽视而减轻危害，进而造成严重后果。既然要高度重视，那必须先对该病有正确的了解和理解。

那么，正常情况下，低密度脂蛋白胆固醇水平到底处于什么范围才算健康呢？实际上，由于群体年龄的不一致，对应的低密度脂蛋白胆固醇正常范围也存在着明显的差别。临床研究结果显示，针对青年人而言，该项指标的平均值约 2.7mmol/L；针对中老年人而言，其平均值约 3.37mmol/L；该数值超过 4.14mmol/L 属于明显增高。临床研究结果同时显示，心血管疾病的具体危险程度也会对低密度脂蛋白胆固醇的水平造成明显影响。针对极高危心脏病患者而言，必须采取有效措施将低密度脂蛋白胆固醇控制于 1.8mmol/L 以下；针对高危心脏病患者而言，应当尽可能将低密度脂蛋白胆固醇控制于 2.6mmol/L 以下。

那么，低密度脂蛋白胆固醇为什么会升高或者说在什么条件下才会升高呢？实际上，万事皆有因果，低密度脂蛋白胆固醇的升高也有具体的原因。研究结果显示，在身体方面发

生的相关疾病，比如肝炎，将导致肝功能弱化、肝脏无法正常分解蛋白，进而造成低密度脂蛋白升高；在基因遗传方面，也有着重要的影响，基因对血液中低密度脂蛋白的生产以及处理均具有十分重要的作用；在生活习惯方面，诸如缺少运动或者过度肥胖、吸烟、酗酒、饮食不合理等，都能够在一定程度上造成低密度脂蛋白胆固醇的升高。

有的患者认为，既然低密度脂蛋白胆固醇升高是一种病态，那是不是机体胆固醇含量越低越好呢？这是一种错误的认识。胆固醇一般分为低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）以及高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C），LDL-C 超过正常水平当然是问题，但 HDL-C 超过 3.0 则是“好事”。高密度脂蛋白胆固醇能够将血液中的多余的胆固醇转运到肝脏，将其处理分解成胆酸盐，然后通过胆道排泄，形成一条血脂代谢的专门途径。

那么，如果一旦发生低密度脂蛋白胆固醇升高，该怎么办？确诊后，不要慌。这是有方法进行干预的。一方面，要积极实施药物治疗。主要药物首选“他汀”。临床研究结果显示，他汀出马，效果明显，能够有效消灭 25%-55% 的坏胆固醇。同时，该类药物和其他药物相比，可以有效稳定斑块，延缓动脉粥样硬化发展，有效预防心脑血管疾病的发生。另一方面，要想取得十分理想的效果，还要紧密结合运动和饮食干预。管住嘴，迈开腿，是战胜胆固醇的重要法宝。要注意养成良好的饮食习惯，尽量选择低脂、低盐、低刺激饮食，尽量控制高胆固醇食物，多吃水果蔬菜，从源头减少“坏胆固醇”的摄入。同时，紧密配合适当运动，要注意戒烟戒酒，有效控制负面情绪，保持良好心态。上述两个方面综合运用，可以实现十分良好的临床效果。

## 得了前列腺病，还能过性生活吗？

常友春

成都高新天仁清科医院 四川成都 610041

【中图分类号】R167

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 04-068-02

前列腺疾病是中老年男性高发的一类疾病，且前列腺疾病的种类较多，包括前列腺炎、前列腺增生、前列腺癌等。其中比较常见的就是前列腺炎和前列腺增生这两大类，几乎占到了男性前列腺疾病总发病率的 80% 左右，成为了影响男性健康的主要原因。男性一旦被确诊患上前列腺疾病之后，往往会认为前列腺生病了，就需要休息，因此就不能进行性生活了，同时由于男性患病后在心理上会产生焦虑情绪，总是担心疾病会对自身的性功能产生危害，从而害怕进行性生活，以致于干脆就戒掉了性生活，还有一部分患者在听到前列腺炎这个疾病名称时，认为在性生活过程中会把疾病传染给妻子，因此，也对性生活敬而远之。相信以上诸多问题也都是

前列腺疾病男性的疑问和顾虑，那么，男性患上前列腺疾病后，还能过性生活吗？又该如何科学的对待性生活呢？以下就以发病率最高的前列腺炎和前列腺增生为例对以上问题进行解答：

### ◇前列腺炎患者急性炎症期忌性生活

前列腺炎在临床上分为急性和慢性之分，其中就急性前列腺炎患者来说，在患病后建议最好不要进行性生活，这主要是由于急性前列腺炎时：尿路刺激症状重，如尿频、尿急、尿痛、尿灼热和排尿困难等，这时很痛苦根本就不能进行性生活，也即抑制了性欲。此时女伴如果要进行性生活，即使男方勉强为之，但最终的尝试结果肯定是失败收场，这导致男性心理产生挫败感，影响其自尊和自信，对于促进疾病的康复也