

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

前列腺炎在临床上有急性和慢性之分，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

是非常不利的。因此，建议急性前列腺炎患者暂禁性生活。

首先急性前列腺炎时男性在性生活过程中会产生男性性疼痛，严重时甚至会诱发血精，这不仅失去了性生活该有的愉悦，反而会影响男性的身心健康，对急性前列腺炎的治疗和康复，均产生不利的影响，甚至出现全身症状，如：发热、乏力、食欲减退等，导致病情出现迁延不愈，导致形成慢性前列腺炎，经久治不愈；其次急性前列腺炎患者的前列腺液中携带有大量的细菌，在性生活过程中，这些细菌会进入到女性的生殖道内，引起女性发生盆腔炎，对女性健康造成危害。因此，急性前列腺炎患者要暂禁性生活，在其临床治愈，全身状况完全恢复后且医生复查正常后方可恢复正常性生活。

◇慢性前列腺炎患者性生活宜节制

慢性前列腺炎也会对男性的性功能产生一定的影响，且这种影响与慢性前列腺炎的病情程度、病程长短呈正相关。对于早期或轻度的慢性前列腺炎患者来说，可能有较强的性功能和较旺盛的性欲，但这是一种病态表现，也就是说并不正常。但是对于病情比较严重、病程较长的慢性前列腺炎患者来说，

其性功能和性欲均会发生减退及早泄，其原因就在于早期旺盛的性欲使控制性活动的神经发生疲劳，进而抑制，导致其性功能由兴奋转入抑制，性欲性快感都降低，对性生活的欲望也随之降低。

慢性前列腺炎会引发男性早泄、阳痿、射精疼痛、射精障碍、频繁遗精等性功能障碍，鉴于以上结果，临床建议，对于慢性前列腺炎患者适度规律性生活，定期排泄前列腺产生的炎性代谢物，必要时也可让医生定期按摩前列腺排泄前列腺代谢物。

◇前列腺增生患者性生活宜适度

对于前列腺增生患者来说，不必禁欲，但是也不可纵欲，要保持性生活适度。首先过于频繁的性生活，会导致前列腺和生殖器经常处于充血状态，这会导致前列腺增生症状加重出现血尿、急性尿潴留等，且频繁的性生活消耗过多的体力和精力，也不利于老年身体健康；其次对于性功能健全的男性来说，如果完全禁欲是不利于身心健康的。鉴于此，对于前列腺增生患者来说性生活适度能让身心更加愉悦。

警惕，老年人的肠梗阻

任林

四川省南充市嘉陵区李渡中心卫生院普外科 四川南充 637942

【中图分类号】R656.7

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596(2019)04-069-01

肠梗阻是临床上常见的急腹症。它是由多种不同类型的疾病引起的肠道不同部位的堵塞以及堵塞以后引起的肠道膨胀，使肠道内的容物不能正常的运行或者通过。肠梗阻不仅会引起肠管本身解剖和生理上的改变，还会导致全身性生理紊乱，在临床上病情复杂多变。

那么为什么会发生肠梗阻呢？肠梗阻发生的原因可以分为三类：一是，机械性肠梗阻，这种是最常见的，指肠腔狭小使内容不能通过障碍物。二是，动力性肠梗阻，指由于神经抑制或毒素刺激导致的肠壁肌肉运动紊乱。使得肠内容物不能运行。三是，肠系膜血管发生血栓或栓塞，给肠管血液循环造成障碍，导致肠麻痹。而按照肠壁血运情况又可分为单纯性和绞窄性，按照梗阻部分可以分为高位和低位，按照梗阻程度可分为部分性或者完全性肠梗阻，按发病缓急，可以分为慢性和急性肠梗阻。

肠梗阻的临床表现为腹痛、呕吐、腹胀、便秘、无排气等等。同其他年龄组一样，老年人的肠梗阻也分为机械性肠梗阻、动力性肠梗阻和缺血性肠梗阻，在老年患者中，最常见的是乙状结肠扭转、肠道肿瘤，而粪便引起的嵌顿性梗阻也是老年期特有的疾病。

乙状结肠扭转多见于男性老年人，此类患者往往经常腹痛、习惯性便秘或排气排便后腹痛感觉消失等状况，急性肠梗阻除了恶心、肠鸣音亢进、腹部绞痛和偶尔呕吐等情况，还有一种情况最为突出，那就是肚子高度膨胀，由于肚子内大量积气使得肚子涨的像一个大气球，敲起来发出“砰，砰”的声音。梗阻肠襻膨出非常明显，肠襻因为静脉回流受到阻碍，导致大量血浆渗入腹腔，出现腹膜刺激症状。如出现穿孔将会引起腹膜炎、中毒性休克，严重者危险到生命。

胆源性肠梗阻则多发于女性老年人，是指一个或多个胆道结石进入肠道，嵌顿于肠腔内而引起的肠道机械性梗阻，属于胆石症的少见并发症。其女性比男性发病率高可能与女性胆囊结石发病率较男性高有关。

肠梗阻是老年人外科疾病中比较常见的疾病之一，同时它对老年人的身体健康也有很大危害。主要表现为腹痛、腹胀、恶心呕吐、停止排便和排气，典型的症状为阵发性、反复性绞痛，多位于脐周或下腹部，肠蠕动增强，肠鸣音亢进。腹部可以见到膨胀的肠形。老年肠梗阻症状出现比较迟缓，有的患者虽然已经发病数日，但不出现腹胀或呕吐，约有半数以上仍然有排气排便。

那么老年人的肠梗阻都有哪些原因呢，一，粘连。这是目前肠梗阻最常见的原因。一般以前多有做过手术的经历。例如胃部手术、阑尾手术、阴道手术、妇科手术以后。由于以前发生的炎性病变以及手术操作在腹腔内形成的一些纤维组织，一般情况下这种粘连不会影响肠道功能，但少数病人的腹腔的粘连带会压迫，牵拉肠管从而造成肠梗阻。二，疝嵌顿，老年人患疝的较多，所以发生疝嵌顿的比例也较大，虽然嵌顿的知识部分肠管，但肠管是一根完整的管道，所以任何一部分发生堵塞，便会发生肠梗阻。三，肿瘤，老年人患恶性肿瘤的比例较大，有些结肠肿瘤就是以肿瘤增大，堵塞了肠道，从而引起肠梗阻。四，粪块，老年人因为结肠收缩功能减弱，常常有便秘等情况，而粪便一直排不出来在肠内停留时间过长便会使粪便硬结从而加重排便难度。因此大量硬化了的粪便变造成结肠不通而起粪便型肠梗阻。患者要保持起居有常，劳逸结合，养成定时大便的习惯，及时地纠正便秘。