

降血脂什么药最好

杨 波

宜宾市第二人民医院 644000

【中图分类号】R589.205

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 05-105-02

目前,“三高”当中的“血脂高”已经成为了我国中老年人群的常态,而高脂血症的发生也在时刻影响着中老年人的生活质量与生命安全。那么,血脂究竟要怎么降?选择什么类型的降血脂药物才更有效呢?

一、高脂血症的危害,一定要提高警惕!

1. 冠心病

说起高脂血症这种疾病的危害,最常见的就是冠状动脉粥样硬化性心脏病也就是冠心病了。当人们的血液中脂肪含量过高的时候,这些脂肪很容易逐渐附着在血管壁上造成粥样硬化,进而导致血管的越发狭窄。作为对心脏进行供血的唯一血管,冠状动脉的粥样硬化会导致心肌缺乏充分的血液灌注而发生缺血缺氧,进而导致患者发生冠心病。

2. 高血压

高血压也是高脂血症这种疾病的主要危害之一。当人们的血管因为脂肪附着而逐渐变得狭窄的时候,人体内的血液流量就会得到逐渐的降低,进而使身体各处器官都反馈出缺血缺氧的信号并激活血管紧张素转换酶,从而引导肾上腺分泌出升压素来通过增大血压的方式来强化对各处器官的供血效果,进而导致高血压的发生。

3. 高血糖

你知道吗?高脂血症与高血糖这两种情况是存在互相促进的,严重的情况下还会导致糖尿病的出现,而糖尿病患者大多数也有高血脂的症状!随着血液当中脂肪含量的提升,人们血液内部的胰岛素受体含量将会相应的减少,进而导致人体产生对胰岛素的抵抗效果,这就很容易影响血糖的分解而引发糖尿病;另一方面,糖尿病这种疾病除了会导致糖代谢混乱之外还会影响脂肪、蛋白质等成分的代谢混乱,进而导致患者血液中的游离脂肪酸以及甘油三酯含量上升,从而使患者的血脂含量大幅增加。

4. 肝损伤

除了上文提到的危害之外,高脂血症还会导致患者的肝部受到严重的损伤。当人们长期处于高血脂的状态时,血液当中的脂肪会逐渐附着至肝脏上形成脂肪肝,同时肝脏内部的血管也会在脂肪的影响下发生粥样硬化并导致肝小叶的损伤,最终因患者肝脏结构的变化而导致肝硬化的发生。

二、治疗高脂血症,选对药很重要!

1. 抑制胆固醇合成的他汀类药物

他汀类药物是目前临床当中最常用的降血脂药物,包含洛伐他汀、辛伐他汀等。从医学角度来看,这类药物的问世在控制血脂以及防治动脉粥样硬化性疾病的历史上具备里程碑式的意义。在服用这种药物之后,人体内的胆固醇合成效果就会受到有效的控制,进而使患者的血脂含量逐渐降低,同时这类药物还具备减缓心绞痛以及心肌梗死发作的效果。但需要注意的是,一些患有活动性肝病或血氨基转移酶升高的患者不能使用这类药物,而且少数接受大剂量他汀类药物的患者会出现一定的不良反应。

2. 抑制胆固醇吸收的麦布类药物

麦布类药物主要有海伐麦布、依折麦布等,是近年来医学研究发现的控制血脂药物中的“新星”。相比起抑制胆固醇合成的他汀类药物,麦布类药物在使用后能够通过抑制人体对于胆固醇的吸收来起到降血脂的作用,同时还能够有效的克服他汀类药物存在的药效不会随着用药剂量上升而显著增强的缺陷。此外,使用这种降低胆固醇吸收的方法还能够有效的控制前列腺癌的扩散。但在禁忌症方面,麦布类药物与他汀类药物一样,对那些活动性肝病以及血氨基转移酶升高的患者禁用。

3. 加速脂蛋白分解的贝特类药物

贝特类药物又被称为苯氧基酸类药物,主要有苯扎贝特、非诺贝特等药物。与上两种降脂药物不同,贝特类药物在进入人体之后能够有效的增强脂蛋白酶的活性,减少肝脏当中脂蛋白的合成,从而使人体内甘油三酯的水平得到有效的控制,进而起到良好的防止血液凝固、促进血栓溶解等效果,对于动脉血管的粥样硬化有着相当好的防治作用。但是,长期服用贝特类药物容易导致患者发生肝肾功能损伤,因此那些肝肾功能不良的患者最好不要使用这类药物。

4. 控制脂肪组织解离的烟酸类药物

烟酸类药物本质上属于一种B族维生素,但当用量超过其作为常规维生素的使用剂量时,在临床上就能够有效的降低人体内甘油三酯的含量,使那些以甘油三酯升高为主的混合型高脂血症得到有效的控制。但是,烟酸类药物在过量使用之后容易导致一些胃肠道症状的发生,同时还会导致患者面色潮红瘙痒,特别是糖尿病患者的皮肤瘙痒更为严重,因此在临床上并没有得到广泛的应用。

通过上文的介绍,大家对于降血脂的药物有了解了吗?实际上,在对高脂血症患者进行治疗的过程当中,没有哪一种药物是对所有的患者都特别有效果的,只有那些通过医生对患者病情的分析选出来的降血脂药物,才是最适合患者且效果最好的药物。

三、控制血脂的其他方法,注意好生活细节!

1. 戒烟戒酒

说到这里有人会问了:烟草当中又不含油脂,为什么戒烟戒酒能够降血脂呢?事实上,烟草当中虽然确实不含油脂,但抽烟喝酒确实会导致血脂的升高!根据研究发现,吸烟会导致人体内部的血脂平衡受到破坏,使血液中的低密度脂蛋白胆固醇的含量升高,而这种胆固醇正是导致动脉血管粥样硬化的元凶;而饮酒则会促进人体合成更多的甘油三酯,同时因能量过剩而转化成脂肪。因此,只有坚持戒烟戒酒,才能更好的避免胆固醇的上升。

2. 饮食控制

在人们的日常生活当中,高脂血症患者十有八九是在日常生活当中对饮食没有节制,摄入了过多含胆固醇较高的食物如

(下转第106页)

异位妊娠分哪几种？最后一种很多人没听说过，涨知识了

汪师鸿

成都市新都区第二人民医院 四川成都 610501

【中图分类号】R714

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 05-106-01

异位妊娠主要有输卵管妊娠、卵巢妊娠、腹腔妊娠、宫颈妊娠和宫内宫外同时妊娠。但是还有一种非常特殊的异位妊娠，很多人甚至没有听过这种妊娠，被称作是 CSP，全称就是剖宫产术后子宫疤痕妊娠。今天，就让我们跟着文章一同来了解了解，认识认识吧！

认识异位妊娠的常见情况

在正常情况下，女性怀孕时受精卵应着床在女性的子宫腔内，而异位妊娠就是受精卵附着长在了子宫腔之外的部位，通俗的来说就是宫外孕。而且异位妊娠除了会发生在输卵管，有时还会出现在女性患者卵巢、宫颈、腹腔等部位。由于受精卵没有着床到正确的位置，就会导致胚胎无法长期的存活，并且受精卵在长到一定程度时还有可能会撑破附着的子宫外的部位，从而导致女性患者出现内出血的情况，时时刻刻危及着女性的生命安全，而且以后可能再次出现异位妊娠，增加女性不孕的风险。

出现了异位妊娠的症状后，患者就要及时的采取治疗，那么在早期患者有哪些症状呢？首先出现停经，大多数患者都有停经史，但是这一症状很容易被忽略，因为大部分的孕妇在怀孕期间都会出现停经的症状。对于异位妊娠产妇而言，她们除了停经以外，还会有下腹胀痛的情况。如果异位妊娠附着的管腔破裂，它就像撕裂一般的疼痛。还会出现阴道出血的症状，这些出血大多表现为不规则阴道出血，出血颜色为深褐色，血量一般不多。有少数患者没有明确的停经史，表现为不规则阴道出血，常误认为是月经。如果异位妊娠破裂，由于腹腔内出血和腹痛，昏厥与休克的症状会进一步显现，这些直接影响患者的生命，腹腔内出血刺激盆腔患者会出现频繁上厕所的情况，这些都是异位妊娠的临床症状，只有综合这些情况配合相关的辅助检查才能进行有效的诊断，才能够及时的发现并采取对应的措施，对患者进行治疗。现阶段对于异位妊娠主要采取药物治疗和手术治疗，在治疗后要注意日常饮食，要注意输卵管保护，要做好心理护理。这样才能够减少异位妊娠给身体所带来的不利影响。

剖宫产术后子宫疤痕妊娠

这种情况的发病机制不清楚，可能是受精卵通过子宫内膜和剖宫产疤痕间的微小通道着床于疤痕组织中，由疤痕组织的基层和纤维组织包裹。然后出现妊娠这种情况，主要分为孕囊种植在切口疤痕上向宫腔内生长，另外一种情况就是孕囊种植在切口疤痕缺损上，向子宫外生长，这两种情况都非常的可怕。会造成大出血、子宫破裂、危及生命，需要行子宫全切。由于目前剖宫产率不断增加，CSP 的发生率正在逐年上升，对于这种情况如何进行判断？主要是借助相关的症状和 B 超，必要的时候通过 MRI 进行诊断。一般情况下，5 到 11 周的临床表现就是无痛性的少量阴道流血，有 10% 左右的患者会伴有轻度腹痛，还有一部分患者只有腹痛，借助 B 超。能够清晰地看到相关的情况，必要的时候，还可以借助 MRI、子宫镜和腹腔镜协助诊断。疤痕妊娠一旦确诊，要立刻终止妊娠，对孕妇展开手术治疗和非手术治疗，手术治疗就是子宫疤痕妊娠物清除以及子宫疤痕的修补。非手术治疗包括了药物治疗，有全身用药，局部用药以及两种联合的形式，另外还有子宫动脉栓塞手术。

女性异位妊娠的发生率一般情况下在 3% 左右，虽然发生率很低，但是一定要对此高度警惕。正常的女性怀孕是受精卵种植在子宫腔内，不在子宫腔内的妊娠都叫做异位妊娠。一旦出现这种情况，不要过度担忧，配合医生进行治疗就可以。在饮食方面，患者因术后身体的虚弱容易出汗，同时考虑对手术的伤口的影响，所以千万不要吃生冷刺激的食物，例如醋、胡椒，姜和狗肉等，寒凉的螃蟹田螺等都不要进食，也不要吃一些番茄和土豆等不利于身体吸收消化的食物。注意做好输卵管的保护，女性的生殖器官是内外相通的，很多致病微生物容易经过阴道口，进入到输卵管甚至腹腔，对患者造成严重的影响。因此在日常生活中，患者要保持卫生清洁，保持外阴部位的清洁，防止病菌感染，有效地保护输卵管，不发生严重的炎症。异位妊娠会给患者的心理带来不利的影响，让患者产生对怀孕的抵触心理，因此在治疗后，除了做好日常护理外，心理护理也是非常必要的。

(上接第 105 页)

鸡蛋黄、鸡皮、鸭皮、动物内脏等，或是喝一些含糖量高的饮料，这是非常容易导致血脂升高的。因此，人们在日常生活当中应当对自身的饮食习惯加强控制，尽量避免摄入那些胆固醇含量高的食物，并且在日常生活当中多食用一些山楂、茄子、海带以及豆类食品等，这些食品都能够有效的防止胆固醇的升高或促进胆固醇的排出。

3. 餐后运动

在人们的日常生活当中，仅仅依靠饮食是很难有效的降低血脂的，特别是那些在吃完饭后坐在沙发上看电视、玩手机的行为更容易导致血脂的增高。俗话说“饭后百步走活到

九十九”，在每天用餐之后进行适量的运动能有效的消耗人们在饮食过程当中摄入的多余热量，从而使人们的血脂得到有效控制。但需要注意的是，在饭后半小时左右，人体内的血液将会在胃部集中而导致其他器官的相对缺血，因此这个时间并不适合进行锻炼。只有选择合适的时间进行锻炼，才能更好的避免血脂的上升。

作为影响中老年人健康的“杀手”之一，高脂血症在我国发病率正随着人们生活水平的提升以及社会生活节奏的变化而逐渐提高。只有重视高血脂对人们身体健康的危害，并且采取正确的方式控制血脂，才能使人们以更加健康的状态面对生活。