

高胆固醇血症患者应如何使用他汀类药物？

□朱婷婷 怀宁县人民医院药剂科

高胆固醇血症是一种临床常见病，该疾病具有发病率高、特点，故做好对症干预治疗十分重要。在临床上，他汀类药物是临床治疗高胆固醇血症的常用药物，但广大患者对于如何正确进行他汀类药物的使用仍存在疑虑。为此，本文便针对该问题进行简单的科普与阐述。

一、高胆固醇血症的定义

高胆固醇血症即指人体血液中的胆固醇含量超过正常水平所致的疾病。一般来说，成年人空腹状态下血清中的总胆固醇含量大于6.2mmol/L，便可确诊为高胆固醇血症。据2020年的相关统计，我国高胆固醇血症患病率约为8.20%，该疾病在中老年人、肥胖患者中十分常见，且合并高血压、高血脂、糖尿病及家族史者发生该疾病的概率也较高。

二、高胆固醇血症的病因

遗传因素

遗传因素是导致高胆固醇血症发生的重要病因，这是因为人体的基因直接决定了胆固醇的转运、合成和代谢过程，故存在高胆固醇血症家族史者发生该疾病的概率更高。

不良生活方式

不良生活方式是导致高胆固醇血症发生的重要病因，其中比较典型的不良生活方式便包含过度饮酒、吸烟、久坐等。而不良饮食会导致胆固醇合成量的增加，易诱发高胆固醇血症的出现。

疾病因素

现代医学研究指出，患有肝脏疾病、肾脏疾病和甲状腺功能减退等疾病

者，患高胆固醇血症的概率更高。

药物因素

相关研究表明，糖皮质激素药物、利尿剂和非心脏选择性β受体阻滞剂的使用均可能诱发高胆固醇血症的出现。

三、他汀类药物

他汀类药物即指3-羟基-3-甲基戊二酰辅酶A(HMG-COA)还原酶抑制剂，该药物是临床治疗高胆固醇血症的常用药。这是因为他汀类药物不仅能降低总胆固醇和低密度脂蛋白水平，而且能一定程度上降低三酰甘油，还能升高高密度脂蛋白，所以他汀类药物也可以称为较全面的调脂药。相关研究指出，他汀类药物的作用机制是通过竞争性抑制内源性胆固醇合成限速酶HMG-COA 还原酶，阻断细胞内羟甲戊酸代谢途径，使细胞内胆固醇合成减少，从而反馈性刺激细胞膜表面低密度脂蛋白受体数量和活性增加，使血清胆固醇清除增加、水平降低。在临床治疗中，他汀类药物常被用于高胆固醇血症的管理，同时也是动脉粥样硬化相关疾病治疗的重要药物选择之一，在冠心病防治方面应用较为广泛。近年来的多项研究显示，他汀类药物除调节血脂作用外，可能对动脉粥样硬化及血栓形成过程产生一定影响，并在器官移植排斥反应、骨质疏松症、肿瘤防治以及阿尔茨海默病（老年痴呆症）等相关领域的研究中展现出潜在价值。

四、他汀类药物的常见类型

阿托伐他汀

作为临床常用的他汀类药物之一，

该药适用于心血管疾病风险较高的患者群体。根据《中国血脂管理指南》及药品说明书，其常规剂量范围为一日10毫克至80毫克，具体剂量需由医师根据患者个体情况评估后确定。

瑞舒伐他汀

该药物在调节血脂方面具有明确疗效，适用于需要强化降脂治疗的患者。根据药品说明书，其推荐剂量范围为一日5毫克至20毫克，实际使用中需结合患者血脂水平及耐受性进行剂量调整。

辛伐他汀

该药属于他汀类降脂药物，临床常用于降低总胆固醇及低密度脂蛋白胆固醇水平。根据药品说明书，其常规剂量范围为一日5毫克至40毫克，具体剂量需遵医嘱。

匹伐他汀

该药物具有较好的降脂效果，适用于中至高心血管风险患者的血脂管理。根据药品说明书，其推荐剂量范围为一日1毫克至4毫克，需在医师指导下规范使用。

普伐他汀

该药在降脂治疗中具有较好的安全性，适用于轻至中度高胆固醇血症患者。根据药品说明书，其常规剂量范围为一日10毫克至40毫克，具体剂量需根据患者个体差异调整。

洛伐他汀

作为早期研发的他汀类药物之一，该药可用于调节血脂水平。根据药品说明书，其推荐剂量范围为一日10毫克至80毫克，实际使用中需结合患者耐受

性及治疗反应进行剂量优化。

五、他汀类药物的合理使用

他汀类药物的服药时间

多数他汀类药物如辛伐他汀、洛伐他汀等，建议在晚上服用，因为胆固醇合成在夜间活跃，此时服药效果更好。而阿托伐他汀、瑞舒伐他汀等长效他汀可在一天中任意时间服用。

他汀类药物的剂量选择

应严格遵循医生的处方用药，不可自行增减剂量。从小剂量开始服用，根据血脂控制情况及身体耐受程度调整剂量。

他汀类药物服药时的注意事项

服用期间需定期检查肝功能和肌酸激酶等指标，若出现食欲不振、恶心、呕吐、肌肉疼痛等不适症状，应及时就医。同时，避免与某些药物如贝特类降脂药、某些抗生素等同时使用，以免增加不良反应风险。

他汀类药物服用时的饮食配合

一般来说，高胆固醇血症患者在进行他汀类药物的使用期间，要积极保持健康饮食，针对性减少高脂肪、高胆固醇食物的摄入量，以避免他汀类药物的疗效受到影响。

总之，高胆固醇血症患者对症应用他汀类药物进行治疗可有助于患者的病情控制和健康保障。但是，患者在进行他汀类药物的使用时，应注意药物使用时间和剂量的调整，且服药期间要注意日常饮食，明确相关注意事项，严格遵医嘱进行药物的使用，以避免影响药物的疗效，造成患者高胆固醇血症病情的进一步发展和加重。

骨折病人护理措施及注意事项

□刘星星 安庆市岳西县中医院骨伤科

骨折是指骨骼在受到外力作用时，发生断裂或破碎的现象。其属于临床常见的外伤之一，可能由跌倒、交通事故、运动伤害等多种原因所致。接下来，将向大家阐释骨折对日常生活的影响，以及相关的护理方法。

一、骨折类型及在日常生活中的影响

骨折不仅可导致剧烈的疼痛和肿胀，且可能影响患者的活动能力，严重时甚至威胁生命。骨折类型多样，包含闭合性骨折、开放性骨折、完全性骨折及不完全性骨折等，该病症不仅对患者的身体健康存在影响，且可对日常生活、心理状态和经济状况产生深远的影响。因此，及时就医、积极治疗和合理康复是保障患者恢复正常生活的重要措施。

二、骨折后护理的重要性

骨骼在断裂后需要一定时间和适宜的环境来愈合，科学的护理可通过固定骨折部位、减少活动、保持良好的血液循环等方式，为骨骼愈合提供必要的条件。骨折可能导致的并发症包括感染(尤其是开放骨折)、血栓、锯齿状愈合、骨坏死等，通过有效的护理，有助于降低并发症的风险。例如，通过按时更换绷带、监测伤口状况、适当进行物理治疗等。此外，在骨折愈合期间，及时进行适当的功能锻炼和物理治疗可减少肌肉萎缩和关节僵硬，加快恢复正常活动功能。专业的护理人员可根据患者的具体情况，制订个性化的康复计划。

三、骨折后医院护理

在骨折后的医院护理阶段，专业的医疗团队将扮演至关重要的角色。入院后，医生迅速对骨折部位进行详尽的检查，并利用X射线或CT扫描等技术手段，确定骨折的类型和严重程度，以便制定出合理的治疗方案。治疗方案可能涵盖手法复位、石膏固定、手术内固定等多种方法，旨在确保骨折部位得到正确对齐并保持稳定，为骨骼的愈合提供最理想的环境。

在护理过程中，医院护理人员对患者的各项生命体征展开密切监控，包括体温、脉搏、呼吸和血压，以及骨折部位的肿胀、疼痛和活动度等状况。对于需接受手术治疗的患者，完善术前准备工作，例如皮肤清洁、禁食禁水等，护理人员需严格遵循医疗规范执行相关护理活动。术后，护理人员定期为患者更换伤口敷料，确保伤口保持清洁干燥，以预防感染。此外，通过疼痛管理和物理治疗等方法，帮助减轻患者的疼痛和不适，从

而促进骨折的愈合和功能的恢复。

四、骨折后康复护理

首先，借助专业的物理治疗手段，例如关节松动手、肌肉力量训练以及平衡训练等，助力患者逐步恢复关节的活动范围和肌内的力量，进而提升其日常生活的能力。

其次，营养支持也是康复护理的关键。通过合理搭配骨折患者的日常饮食，指导其摄入富含钙质、蛋白质和维生素的食物，有助于促进骨骼的修复和再生。同时，叮嘱患者改变吸烟、过量饮酒等不良习惯，以减少对骨折愈合的不利影响。

此外，心理疏导在患者康复过程中同样具有不可忽视的作用。骨折患者可能因疼痛、活动受限等原因而产生焦虑、抑郁等负面情绪。因此，护理人员应关注患者的心理状态，及时给予心理疏导和支持，帮助其树立战胜疾病的信心。

在康复护理过程中，患者和家属的积极参与亦具有重要意义。骨折患者家属需要了解康复护理的重要性和具体措施，并按照医护人员 的指导进行正确的护理，并陪同患者开展康复锻炼等。同时，定期陪同患者回医院复查，以便医护人员及时了解患者的康复进展，并根据情况调整康复计划。

五、日常护理与注意事项

骨折患者在康复期间，个人卫生至关重要。保持伤口及周围皮肤的清洁，是预防感染、促进伤口愈合的关键。患者应定期更换敷料，遵循医护人员的指导进行伤口消毒。同时，注意保持床铺整洁，以减少细菌滋生的机会。

在骨折患者的康复过程中，药物使用的安全性同样不容忽视。患者应严格按照医嘱服用药物，不随意更改剂量或停药。对于镇痛药、抗生素等常用药物，需了解其使用方法和可能产生的副作用，以便在出现异常反应时及时就医。同时，家属需要监督患者用药，以保证用药的安全性。通过谨慎用药，以更好地保障骨折患者的康复安全。

总而言之，骨折护理不仅关乎患者的身体康复，且可直接影响患者的生活质量。全面的护理措施可以显著降低并发症的风险，促进骨折部位的愈合，缩短康复周期。同时，科学的护理方法有助于增强患者的自信心，减轻其焦虑、恐惧情绪，为患者提供心理支持。因此，骨折护理的整体重要性不容忽视，医护人员、患者及其家属应共同努力，确保患者在康复过程中获得全面、细致的护理。

使用精神药物时，如何评估药物效果和调整剂量？

□程燕平 首都医科大学附属北京安定医院芜湖医院(芜湖市

第四人民医院)药剂科

使用精神药物是一个复杂的过程，在这个过程中，医生扮演着至关重要的角色，他们需要考虑多个方面，精心选择药物种类和剂量，以期达到最佳的治疗效果。在评估药物的效果和调整剂量时临床通常会综合考虑患者的症状改善情况、药物的副作用、患者差异以及药物间的相互作用。下面将为大家介绍一下使用精神药物时，如何评估药物效果和调整剂量？

1.精神药物的重要性及其在治疗中的作用

在精神健康治疗领域，精神药物发挥着不可或缺的作用。这些药物的主要目的是减轻诸如抑郁、焦虑、精神分裂等精神疾病的症状，进而提升患者的生活品质。它们通过调节大脑化学物质的平衡，协助患者恢复正常的心理、情感和行为状态。

在治疗过程中，精神药物不仅有助于控制了症状，还起到了预防疾病复发的作用。对众多患者来说，长期服用精神药物是保持心理健康稳定性的核心。而且，精神药物还为患者开辟了更多参与社会活动的途径，帮助他们更好地适应社会生活，减轻了家庭和 社会的压力。

2.如何评估精神药物效果

衡量精神药物的成效是一个复杂且至关重要的步骤，它包含多个方面的评估。如医生须密切观察患者症状的改善状况。这涵盖了对抑郁、焦虑、精神分裂等症 状是否减轻或消退的观察，以及对患者情绪、行为和认知功能是否有所恢复的观察。通过规律性的评估和记录，医生能够客观地评估药物对患者病情的实际作用。另外，药物的副作用也是评估过程中的一个关键因素。虽然精神药物在治疗中扮演着关键角色，但其同样会引起如嗜睡、体重增加、口干等副作用。临床需要平衡药物疗效与副作用之间的关系，确保患者能够在相对安全的条件下接受治疗。再者，患者之间的差异也是影响药物效果的关键因素。不同的患者对同一种药物的反应可能大相径庭。因此，医生制订治疗计划时，必须充分考虑患者的年龄、性别、身体状况、遗传背景等因素，以实现定制化治疗。比如在评估药物效果时，医生会考虑患者的日常生活功能是否得到提升，药物疗效评估不仅包

括症状的减轻，还有患者能否更好地管理日常事务，如工作、学习和人际关系等。而且，患者的自我报告也是评估药物效果的重要依据，他们会描述自己的感受变化，比如心情是否更加稳定，焦虑感是否减少。医生还可定期通过量表评估患者的整体健康状态，从而全面判断精神药物的治疗成效。

3.如何调整精神药物剂量

调整精神药物剂量需要在专业医生的指导下进行。医生会根据患者的初始反应和治疗效果决定是否调整剂量。若患者在服用初始剂量后症状有所改善但未完全消失，医生会考虑逐渐增加剂量以达到更佳的治疗效果；反之，若患者出现不良反应或副作用，医生则会考虑减少剂量或更换药物。

在调整剂量的过程中，医生会密切关注患者的病情变化以及任何新症状或不良反应的出现。这就要求患者定期向医生反馈自身身体状况和感受，以便医生及时调整治疗方案。此外，调整精神药物剂量还需考虑患者的个体差异，如体重、肝肾功能等，以确保剂量的安全性和有效性。因此，患者切勿自行调整药物剂量，以免产生不良后果。

例如，当患者需要调整某种精神药物的剂量时，医生会综合考虑患者的具体病情、年龄、性别、体重以及是否伴有其他疾病等因素。随着治疗的开展，医生会根据患者症状的改善情况和不良反应的发生情况，灵活调整药物剂量。在此过程中，患者应积极与医生沟通，及时反馈病情变化，以便医生做出更准确的剂量调整决策。

同时，患者要明白，即使是同一种药物，不同个体之间的最佳剂量也会存在差异，切勿盲目模仿他人的用药剂量，以免给自身健康带来风险。

总之，精神药物的效果评估与剂量的调整均是既复杂又精细的过程，这要求患者和医生之间必须紧密配合。患者应该完全信赖医生的专业意见，并严格遵医嘱服用药物，切勿自行更改剂量或随意效仿他人的用药方法。而且，患者还应主动参与治疗，及时向医生报告自己的病情变化，以便与医生一起商讨和调整治疗计划。只有这样，才能保障精神药物治疗的安全与效果，进而提升患者的生活质量和治疗成果。

新生儿体温管理的重要性及护理要点是什么？

□俞慧 无为市人民医院新生儿科

引言: 新生儿体温调节能力尚未完全发育，体温异常波动对其健康具有不良影响。新生儿体温管理在出生后的早期阶段至关重要，低体温和高体温都会对其生理功能造成严重损害，增加患病风险，科学合理的体温管理是新生儿护理的重点。

1.新生儿体温管理的重要性

新生儿期是生理功能尚未完全成熟的时期，体温自动调节能力较弱，导致其易受到环境变化影响，进而引发 生理异常，该阶段体温对新生儿的生命活动具有重要意义，直接影响新生儿代谢率。体温过度升高或降低均可引发生理代偿机制失常，导致新生儿出现呼吸、心脏等多个器官的功能障碍。低体温会减缓新生儿代谢速度，导致氧气消耗增加，糖代谢紊乱，抑制免疫系统正常功能，易使新生儿对病原体的抵抗力下降，增加感染风险，高体温则会加重新生儿体内负担，进而引发体内代谢紊乱，血流动力学不稳定。低体温会造成脑细胞功能障碍，高体温则导致神经细胞损伤，引发严重的神经系统并发症，新生儿体温的有效管理是预防病理性并发症的基础，保障新生儿生长发育，温度的不当波动会使新生儿在极短的时间内面临各种生理上的不适应反应，甚至危及其生命安全。

2.新生儿体温异常的风险

2.1低体温的危害

(1)影响新生儿代谢

新生儿由于体内热量产生有限，在外部温度较低时体温调节系统无法充分应对，导致体温过低，从而使代谢速率减缓。代谢速率下降会影响新生儿能量供应，使其在糖类、脂肪等营养物质的利用上出现不平衡，导致血糖水平下降，脂肪代谢异常。由于能量供应不足，新生儿会出现嗜睡、反应迟钝等症状，还会因能量短缺出现低血糖昏迷等危及生命的并发症。

(2)增加感染风险

低体温状态下，血流量减少，局部组织供氧及营养物质运输受限，免疫系统功能受到抑制，白细胞功能减弱，导致新生儿对外界病原体的防御能力下降。低体温还会导致新生儿体内血清免疫球蛋白水平降低，从而使新生儿易感染细菌、病毒等病原体，增加败血症、呼吸道感染等并发症的发生率。新生儿低体温伴随免疫功能 的减弱，使细菌和病毒在体内较长时间存活并扩散，形成感染链条，影响临床预后。

(3)导致呼吸窘迫、心脏功能不全等并发症

低体温会加重呼吸窘迫症状，降低呼吸频率及通气效能，进而影响氧

气的吸入与二氧化碳的排出，导致新生儿出现脑中毒。低体温还会引发心脏功能不全，出现心率减慢、血压下降的情况，且由于心脏功能减弱，新生儿无法维持足够的血流量，进而引发多脏器功能衰竭，增加临床治疗的难度。

2.2高体温的危害

(1)引发脑损伤

高体温可导致脑内温度升高，从而引起脑细胞代谢紊乱，增加细胞内钙离子浓度，激活促炎因子和氧自由基，导致脑组织损伤，进而影响新生儿神经发育，还会引发癫痫、意识障碍。高体温对早产儿的影响更加严重，使脑室周围白质损伤及脑出血等并发症风险增大。

(2)影响心脏和肺功能

高体温状态下，新生儿心率加快，心脏负荷增加，导致心脏功能不全。高温引起的心血管系统应激反应会增加心肌耗氧量，引发循环系统不稳定，导致血压下降，组织灌注不足，进而影响器官的正常供氧。高体温会加速呼吸频率，增加肺通气量，导致肺泡通气-血流比失衡，增加肺泡水肿风险，抑制气体交换效率，进而使新生儿出现低氧血症。

3.新生儿体温管理的护理要点

(1)定期监测体温

使用胰岛素治疗1型糖尿病的最佳管理策略是什么？

□魏蓓 芜湖市第一人民医院内分泌科

1型糖尿病是我们生活中常见的一种自身免疫性疾病，需要终身依赖外源性的胰岛素进行治疗，大家都知道糖友的“甜蜜”与“胰”谋大计需要我们的借助武器——胰岛素来战斗，但大家知道具体的管理策略吗？下面就和大家一起来了解一下，如何用最佳的策略管理1型糖尿病，从而让血糖乖乖听话，并将生活过得有滋有味。

一、1型糖尿病的定义

1型糖尿病是一种以胰岛素绝对分泌不足为主的代谢性疾病，大家可以想象一下，我们的身体里好比有个“糖分加工厂”，正常情况下，胰岛素就是这个工厂的“搬运工”，负责把糖分送到各个细胞里去“开工”，而1型糖尿病就是胰岛素这个“搬运工”集体“罢工”，从而导致工厂里的货物堆积如山，无人搬运，导致整个系统乱套。此疾病通常来的比较急，并且以青少年和儿童时期为主，容易让人措手不及，需要终身注射胰岛素。

二、使用胰岛素治疗的 最佳管理策略

选对“武器”：胰岛素的种类和方案

包括基础胰岛素、餐时胰岛素以及胰岛素泵，对于基础胰岛素，这是我们的“盾牌”，可以用来维持血糖的“底线”，长效胰岛素就像24小时的“保

镖”，便于帮你稳住血糖。而餐时胰岛素就好比是“冲锋枪”，专门对付饭后血糖的“小高峰”。此外如果你是一个追求极致的“科技控”，胰岛素泵就是你的“智能管家”，可以24小时自动输注胰岛素，这也是“进阶版”，通过持续皮下输注胰岛素，对生理胰岛素分泌进行模拟，多适用于血糖波动大或者需要更精细管理的患者。

精准“瞄准”：调整胰岛素剂量

例如碳水化合物计数法，别小看这个方法，它能让你根据每餐的“糖分”精准调整胰岛素剂量，因为碳水化合物是血糖的“大BOSS”，控制好它，血糖自然听话。同时也可以进行血糖监测，这就像是我们的“侦察兵”，可以帮你随时掌握血糖的“动向”，千万别让血糖“失控”，不然它会闹脾气！

拥抱“黑科技”：用好现代工具

例如新型胰岛素，现在的胰岛素越来越“聪明”，比如超速效胰岛素，能更快地控制餐后血糖。同时通过持续性对血糖水平进行监测，可以实时监控血糖变化，帮你提前发现“危险信号”，调整胰岛素剂量。

别让“小怪兽”欺负你：关注心理健康

糖尿病可不是好惹的，它可能会让你感觉到异常焦虑、抑郁，甚至对治疗产生抵触情绪，所以重视心理关

怀也是血糖管理中很重要的一环，也可以通过加入糖友互助小组，大家一起来“打怪升级”，这样心情也会变好。

个性化“作战计划”：因人而异

每个人的身体都是独一无二的，所以胰岛素治疗方案也要“量身定制”，比如，儿童和青少年的胰岛素需求可能和成人不同，肥胖患者可能需要联合使用其他药物，总之，别盲目跟风，适合自己的才是最好的。

三、使用胰岛素治疗的重要性

增加血糖控制的稳定性: 1型糖尿病会导致血糖过高，逐渐出现多饮、多尿、多食，体重直线下降的症状表现，这就好比身体里的“糖分”在血液里横冲直撞，却进不了细胞的“大门”，胰岛素的使用可以帮助你 将血糖最大程度上控制在正常范围内，有助于减少高血糖或者低血糖的发生风险。

预防并发症: 如果血糖长期得不到控制，还会引发一系列并发症，比如糖尿病肾病、视网膜病变、神经病变等，这些并发症就像是“糖怪兽”留下的“后遗症”，让人苦不堪言，并且伴随着血糖的持续性升高，身体还会开始分解脂肪以获取能量，其间会产生大量的酮体，酮体过多就会导致酮症酸中毒，这是一种非常危险的情况，良好的血糖控制可以有助于降低

