

老年高脂血症患者如何合理用药

高脂血症会导致心血管疾病等严重并发症,因此合理的药物治疗对于老年患者尤为关键。在选择和管理药物时,必须特别注意考虑个体差异、年龄因素、慢性病症等多方面因素,以确保治疗的安全性和有效性。老年高脂血症患者在药物治疗中应注意以下几点。

高脂血症用药原则

1.他汀类药物。他汀类药物是治疗高脂血症的首选药物,可以通过抑制胆固醇合成酶,有效降低低密度脂蛋白胆固醇水平。对于老年患者,建议选择低、中剂量的他汀类药物,以减少潜在的不良反应,确保治疗的安全性和耐受性。

2.依折麦布和 PCSK9 抑制剂。当使用他汀类药物治疗后,低密度脂蛋白胆固醇仍未达标时,可以在医生的指导下考虑加用依折麦布或 PCSK9

抑制剂。这两类药物属于高效降脂药物,适用于需要更强效降脂的患者,但需谨慎使用,遵循医生的建议。

3.甘油三酯升高的处理。针对甘油三酯升高,首先应进行继发因素的评估和生活方式干预,包括合理的饮食和适量的运动。如果生活方式干预效果不佳,可以在医生的指导下考虑使用贝特类或/和烟酸衍生物来进一步降低甘油三酯水平。

4.联合治疗。对于有其他高危因素的患者,尤其是在他汀类药物治疗后甘油三酯持续升高时,可以在医生建议下考虑联合使用贝特类药物或烟酸衍生物。联合治疗有助于更全面地控制血脂水平,减少心血管病风险。

5.TG 水平较高的患者。当空腹甘油三酯水平较高,特别是 TG $\geq$ 5.6mmol/L 时,医生可能会采取措施降低甘油三酯

水平,首选贝特类和烟酸衍生物。这些药物有助于有效地降低甘油三酯水平,减少患者的心血管病风险。

个体化治疗策略

1.个体化的血脂控制目标。针对患者个体差异,医生会根据存在的心血管危险因素、心血管疾病、糖尿病等因素,制定个体化的血脂控制目标。确保治疗目标更加严格和有效,以降低心血管事件的风险。

2.药物应用策略。在首次使用他汀类药物时,建议从小剂量起始,并在用药前后 6 周进行监测。监测肝功能(转氨酶)和肌酶水平是确保安全用药的重要步骤。医生会根据监测结果和患者的反应,调整药物。

3.亲水性他汀类药物的选择。由于老年患者的特殊情况,推荐选择亲水性他汀类药物,如普伐他汀、瑞舒伐他汀



等。这些药物能够降低不良反应的发生率,有助于维持治疗的安全性。

在老年高脂血症的治疗过程中,患者应与医生保持密切沟通,及时报告任何不适症状,以便医生能够根据个体差异调整治疗方案。患者在药物治疗的同时,还需关注饮食和生活方式的调整,以全面提升治疗效果。通过合理用药和良好的生活习惯,老年患者能够更好地控制高脂血症,减少心血管病风险,享受更健康的晚年生活。

华北医疗健康集团峰峰总医院药学部 李涛

老年人如何应对流感传播

流行性感冒是一种传染性极高的急性呼吸道疾病,由流行病毒引起,流感病毒分为甲、乙、丙型三种,其中甲型流感病毒致病力最强。流感潜伏期通常为 1~7 日,流感症状包括高热、头痛、肌肉酸痛、极度疲乏、流鼻涕、咳嗽及喉咙痛等,老年人及慢性病患者(如肺部疾病、糖尿病、癌症、肾病或心脏病患者)容易出现并发症,如慢性病恶化、肺炎及死亡。

与流感相比,普通感冒一般起病较慢,发热通常为低热,咳嗽、鼻塞、流鼻涕等上呼吸道症状比较明显,而头痛、肌肉酸痛、极度疲乏等全身中毒症状较轻,而且传播速度也慢;流感则通常起病急,体温常超过 39℃,全身中毒症状较重,往往会在短期内形成流行。

所以,老年人要采取正确的预防措施来应对流感的传播。主要包括以下几点:

1.多了解流感的有关防治知识,不要过分恐惧,也不能掉以轻心。

2.养成良好的个人卫生习惯,勤洗手,公共场所不方便洗手时,绝不随意摸眼、口、鼻,出门戴口罩。

3.保持室内空气流通,保持室内和周围环境清洁,定期对室内进行消毒,尽量避免到人多拥挤或通风不良的公共场所,如大型商场等。避免接触流感样症状或肺炎等呼吸道病人。

4.根据天气变化适时增减衣服。

5.接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,推荐老年人、儿童、慢性病患者和医务人员等高危人群每年接种流感疫苗。

6.适当的运动不仅可以增强体质,还可以调节情绪,保持好心情对预防流感十分重要。

流感患者如果出现高烧不退、腹泻、呕吐、头痛、呼吸困难、胸痛、嘴唇发紫等症状,应尽快就医,以免出现严重后果。

石家庄明瀚医院 关玉兰

常见消化系统疾病的防治

常见的消化系统疾病

胃炎。胃炎是指胃黏膜发生炎症的疾病,常见症状包括胃痛、恶心、呕吐和消化不良等。造成胃炎的原因多种多样,包括细菌感染、长期使用非甾体类抗炎药、饮食不当等。

胃溃疡。胃溃疡是指胃黏膜发生破溃的疾病,常见症状包括胃痛、饱胀感和消化不良等。导致胃溃疡的原因包括细菌感染、非甾体类抗炎药的过度使用、吸烟和饮酒等不良习惯。

肠易激综合征。肠易激综合征是一种常见的肠道功能紊乱疾病,主要症状包括腹痛、腹泻或便秘、腹胀等。肠易激综合征的病因尚不清楚,但与肠道运动异常和神经调节失衡有关。

胃食管反流病。胃食管反流病是指胃酸和胃内容物倒流到食管引起炎症的疾病,常见症状包括胸骨后灼



热感、暖气和呕吐等。胃食管反流病的原因主要与食管括约肌功能异常和胃酸分泌增多有关。

如何预防消化系统疾病

1.健康饮食。保持均衡的饮食习惯对消化系统健康至关重要。建议多摄入蔬菜、水果、谷物和富含纤维的食物,少食用油腻、辛辣和高脂肪食物。

2.合理用药。长期使用非甾体类抗炎药可能会损害胃黏膜,增加胃炎和胃溃疡的风险。如果需要使用这类药物,请在医生的指导下,遵循正确的用药方法。

3.戒烟限酒。吸烟和饮酒会对消化系统产生负面影

响,增加患胃溃疡和胃癌的风险。因此,戒烟和限制饮酒对于保护消化系统健康非常重要。

4.减轻压力。长期的精神紧张和压力可能导致消化功能紊乱,出现胃痛、腹泻等。适当放松和调节情绪对于预防消化系统疾病非常有益。

消化系统疾病的治疗方法

1.药物治疗。针对不同的消化系统疾病,医生会根据病情开具相应的药物,如抗生素、抗酸药物、抗炎药等。

2.改变生活方式。在药物治疗的同时,改变生活方式也是管理消化系统疾病的重要方面,包括调整饮食、戒烟限酒、注意休息和减轻压力等。

3.手术治疗。对于某些严重的消化系统疾病,如胃溃疡并发症和胃食管反流病等,可能需要进行手术治疗来纠正病变或缓解症状。

河北省安平县中医医院 刁翠霞

感冒不休 易患心肌炎

病毒性心肌炎是心肌炎的一种,它完全是由感冒引起的。然而,病毒性心肌炎跟感冒轻重无关,而是与引发感冒的病毒种类有关。既然无法判断自己感染了何种病毒,那需要注意的是,感冒后期或感冒后 1 个月内出现乏力、易累、头晕、胸闷甚至气促、胸痛,需要去心内科检查。

充分休息,大幅减少体力活动,是病毒性心肌炎的主要治疗手段。轻度心肌炎患者根本不用吃药,只要卧床休息,等症状完全消失了便可下床,但仍要休息 3~4 周,其间只能做轻微的日常体力活动。有胸闷、心衰、心脏扩大现象的重度心肌炎患者,则要对症使用药物,症状消失后,休息 1 年左右,其间同样只能有轻微的体力活动,如吃饭、穿衣、慢慢走路,避免增加心脏负担。看书看电视等脑力劳动虽不用限制,但也不宜过度,免得伤神劳累。

大华/文

图说
我们的
价值观

我友善人



富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

人福我福

中宣部宣教局 人民日报 漫画增刊
中国网络电视台