

合理用药

服用降脂的他汀类药物牢记四要！四不要！

他汀类药物在降低低密度脂蛋白中效果显著，然而其长期治疗的安全性是医生和患者共同关注的一个重要的问题。部分患者出于对不良反应的担忧而拒绝或停用他汀。本期《合理用药》栏目，我们就他汀类药物的使用及其相关事项总结如下。

四要

1 要：定期复查肝功能

服药后第一个月 1,3,6,12, 以后每一年复查肝功能、肌酸激酶以及血糖。如果我们的肝功能转氨酶超过了正常值 3 倍以上，就需要医生修改用药方案了。

2 要：出现肌痛的处理

他汀类药物有肌毒性，在用药过程中可能发生肌肉酸痛、乏力的不良反应。如果症状较为严重，要去医院检查肌酸激酶(CK)水平，超过正常上限 5 倍时需停药，避免出现横纹肌溶解症这个罕见的不良反应。

3 要：注意血糖情况

他汀类药物会略微增加新发糖尿病的概率，在用药过程中建议密切关注血糖。不过血糖升高不是停药指征，与血糖相比，控制 LDL-C 水平产生的获

益更大。血脂情况不严重的人，可以使用对血糖影响较小的匹伐他汀和普伐他汀。

4 要：要复查低密度脂蛋白水平是否达标

单纯的低密度脂蛋白胆固醇升高，降脂目标为 LDL-C 水平低于 3.4mmol/L；

有高血压、糖尿病等慢性病，降脂目标为 LDL-C 水平低于 2.6mmol/L；

已经患有冠心病、心肌梗死、脑梗等疾病，降脂目标为 LDL-C 水平低于 1.8mmol/L；

发生过 ≥2 次严重 ASCVD 事件或发生过 1 次严重 ASCVD 事件，且合并 ≥2 个高危因素的超高危人群最好低于 1.4mmol/L。

以上 4 种情况需要复查低密度脂蛋白水平是否达标。

四不要

1 不要：不要因为副作用而拒绝服用他汀类药物

他汀类药物最常见的副作用肝损害，肌肉损伤，和新发的糖尿病，听起来似乎很可怕。

他汀导致的转氨酶升高，常发生在前三个月，如果三个月以后复查肝功能，数值没有升高，那么就可以继续服用。停药后，一般情况都可以恢复正常。

2 不要：不要不经医嘱停药

除非确认有严重不良反应而不能继续使用他汀治疗。虽然目前临床应用的降脂药还有很多种，但其疗效均不如他汀可靠。客观地讲，目前没有任何药物能够代替他汀。

假如低密度脂蛋白胆固醇一旦正常，立即停药，会导致低密度脂蛋白再次升高。具体到底要不要停药，需要咨询专业医生决定。

但是，如果您明确是动脉粥样硬化性心脏病(ASCVD)，包括急性冠脉综合征、心肌梗死、稳定或不稳定心绞痛、冠状动脉或其他血管重建术、缺血性卒

中、短暂性脑缺血发作和周围血管病变，即使血脂正常也不能停药！

3：不要擅自更改剂量

在使用他汀降脂过程出现血脂不达标，切勿擅自增加口服剂量。

临床研究者发现：无论哪种他汀类药物，药物剂量与药效并不是等比关系。当服用最低剂量的他汀类药物时，可以产生降低 LDL-C 水平 30%左右的药效，但是将药物剂量加倍时，LDL-C 水平的降低，仅能增加 6%左右。而在药物剂量加倍时，不良反应的发生率会显著增加。所以单纯地增加他汀类药物的剂量时，获益与风险不具备“性价比”。

4：不要和西柚同服

西柚，也叫葡萄柚，其含有的呋喃香豆素会抑制肝脏 P450 酶的活性。当西柚与辛伐他汀、阿托伐他汀、洛伐他汀等药物同服时，该成分会干扰他汀类药物的代谢，使药物在体内大量蓄积，增加肝肾损伤的风险，导致肌肉疼痛、横纹肌溶解等不良反应。

总结

少数人应用他汀治疗后的确可以出现某些副作用，例如肝功能异常、等，但绝大多数情况下这些副作用都比较轻微，在医生指导下都能够解决。只有

极少数人不能耐受他汀治疗。同时，在生活上也要健康饮食戒烟限酒。保持良好的作息规律，不增加肝脏负担，有问题及时寻求医生的指导。（药剂科）



护理课堂

支气管肺炎“知”多少

随着冬至的到来，天气愈发寒冷。一些小朋友出现了咳嗽、咳痰、发热等症状，其中部分被诊断为支气管肺炎。

儿童支气管肺炎

支气管肺炎是一种比较常见的呼吸道疾病，主要由细菌、病毒或支原体感染引起。一年四季均可能发病，寒冷季节及气候骤变时尤为显著。

当病原体入侵支气管和肺部后，就会引发炎症反应，出现咳嗽、咳痰、发热等症状。如果出现这些症状，家长应密切观察孩子情况，如有需要，及时就医，进行相关检查，明确病因。医生会根据病情给予相应的药物治疗，同时也可能会用到止咳、化痰、平喘的药物以缓解患儿症状。

儿童支气管肺炎的护理

看着孩子老是咳嗽，家长心里很着急。这样护理，可以让孩子更加舒适。

(1)轻拍背，助排痰

首先，拍背要在孩子进餐后 1 小时再进行。

1. 让孩子端坐在床边或者躺在床

上，把枕头拿掉，侧卧。操作过程中，注意保暖，注意孩子的面色，呼吸有异常就及时停止操作。

2.手指弯曲并拢，使掌侧成杯状拇指紧靠食指，以手腕的力量然后从肺底自下而上，由外向内迅速而有节奏地叩击背部，震动气道，要避开脊柱和肾区。

3. 每分钟 120-180 次，每次叩击 5-15 分钟。

(2)做好日常护理

在患病期间，要给予患儿充足的休息，保证每天有足够的睡眠时间，避免劳累。可以多喝温开水，帮助稀释痰液，有助于咳出。

在饮食方面，要注意清淡饮食，多吃富含维生素和蛋白质的食物，如新鲜的蔬菜水果、鸡蛋、牛奶等，避免进食辛辣、油腻、甜腻、刺激性食物。

保持病室空气流通，要经常开窗通风，让新鲜空气进入室内。如果外出，记得佩戴口罩，避免接触更多的病原体。

只要患儿积极配合，做好日常护理，支气管肺炎是可以很快康复的。

支气管肺炎是多种因素引起的支气管黏膜及周围组织的急性或慢性非



朱羽 主管护士
徐州市中心医院 儿科一区

特异性炎症。当支气管炎症趋向变好，会出现三个过程：首先是咳嗽咳痰症状消失，其次是肺组织和血常规恢复正常，最后是全身症状消退，恢复正常。

所以，请家长们放松焦虑的心情，静静等待孩子康复。

来源：护理部



(扫一扫，观看完整视频)