

· 临床经验 ·

# 综合干预对军队老干部血脂影响的观察

张 强<sup>1</sup>, 胡炳炎<sup>2</sup>, 高 翔<sup>1</sup>, 王志刚<sup>3</sup>

**[摘要]** **目的** 观察 5 年来通过服用药物、合理膳食及适量运动等综合干预对军队老干部血脂情况的影响。**方法** 与某单位保健科合作,选择 9 个干休所 5 年来体检资料完整的 476 名离休干部进行回顾性调查。**结果** ①本研究人群血脂的基线水平为:总胆固醇(TC)( $5.57 \pm 1.45$ ) mmol/L、低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)( $3.61 \pm 1.15$ ) mmol/L、三酰甘油(TG)( $2.06 \pm 1.07$ ) mmol/L,经 5 年综合干预后血脂水平下降为:TC( $4.65 \pm 1.02$ ) mmol/L、LDL-C( $2.76 \pm 1.07$ ) mmol/L、TG( $1.78 \pm 0.68$ ) mmol/L,下降显著(其中 TG 变化的比较  $P < 0.05$ ,TC 及 LDL-C 的变化比较  $P < 0.01$ )。②本人群血脂达标率的基线水平:TC 为 31.27%、LDL-C 为 44.75%、TG 为 56.71%,经干预后上升为:TC 为 56.86%、LDL-C 为 63.28%、TG 为 68.64%,上升非常显著( $P < 0.01$ )。**结论** 他汀类药物的服用、合理膳食、适量运动等综合干预,能够使血脂水平显著下降,达标率显著提高。

**[关键词]** 血脂异常;达标率;综合干预

**[中图分类号]** R543 **[文献标志码]** B doi:10.3969/j.issn.1672-271X.2013.03.028

由动脉粥样硬化引起的心血管疾病,已严重危害着当今人类的健康。血脂异常在动脉粥样硬化中的作用,早已被大量研究所证实。他汀类药物在降低血脂总胆固醇(TC)、低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)、三酰甘油(TG)方面有肯定的疗效,合理膳食及适当运动等在调整血脂方面也有重要的作用。本研究通过对 476 名军队离休干部血脂情况的回顾性调查,分析近 5 年来通过他汀药物的服用、合理膳食、适量运动等综合干预,对军队老干部血脂情况的影响。

## 1 对象与方法

**1.1 对象** 与某单位保健科合作,选择 9 个干休所,对其中 476 名有完整体检资料的老干部分析调查。调查对象均为男性,年龄 78~96 岁,平均年龄 85.7 岁。

**1.2 方法** 5 年来对 476 名老干部一直进行加强健康监护、倡导合理膳食、适量运动、指导合理用药等综合干预;统计分析他们 2008 年 5 月-2012 年 5 月血脂体检结果;血脂控制标准按照 1997 年中国血脂异常防治建议,将无冠心病但有冠心病危险因素者血脂控制达标标准定为:TC  $< 5.20$  mmol/L, LDL-C  $< 3.12$  mmol/L, TG  $< 1.7$  mmol/L;将患有冠心病者血脂控制达标标准定为:TC  $< 4.68$  mmol/L, LDL-C  $< 2.60$  mmol/L, TG  $< 1.7$  mmol/L。

**1.3 统计学处理** 采用 SPSS 11.0 统计软件包进行统计学分析,正态分布的计量数据采用均数  $\pm$  标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,采用配对  $t$  检验;计数资料用  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

**2.1 血脂水平** 与 2008 年比较,2012 年 TC 与 LDL-C 下降非常显著( $P < 0.01$ ),TG 亦下降显著( $P < 0.05$ ),见表 1。

表 1 2008、2012 年血脂比较 (mmol/L, $\bar{x} \pm s$ )				
年份	<i>n</i>	TC	LDL-C	TG
2008 年	476	$5.57 \pm 1.45$	$3.61 \pm 1.15$	$2.06 \pm 1.07$
2012 年	476	$4.65 \pm 1.02^{**}$	$2.76 \pm 1.07^{**}$	$1.78 \pm 0.68^{*}$

注:与 2008 年对应血脂项目比较, \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$

**2.2 血脂达标状况** 2008 年与 2012 年比较,TC、LDL-C、TG 均具显著差异( $P < 0.01$ ),见表 2。

表 2 2008-2012 年血脂指标达标率比较 (%)						
项目	<i>n</i>	2008 年	2009 年	2010 年	2011 年	2012 年
TC	476	31.27	35.25	38.74	49.21	$56.86^{\Delta}$
LDL-C	476	44.75	51.24	58.76	61.37	$63.28^{\Delta}$
TG	476	56.71	58.87	61.23	65.32	$68.64^{\Delta}$

注:与 2008 年对应血脂项目达标率比较,  $^{\Delta}P < 0.01$

## 3 讨论

高脂血症是影响老年人生活质量,也是致残、致死的主要因素之一<sup>[1]</sup>。本文研究对象的特点是

作者单位: 1. 210016 江苏南京,南京军区司令部第五干休所卫生所; 2. 210042 江苏南京,总参军训部南京干休所; 3. 210002 江苏南京,南京军区南京总医院干部保健科

年龄大、活动少、饮酒吸烟人数多(323 例、67.86%),并发高血压病患者多(147 例、30.88%)、糖尿病患者多(61 例、12.82%),按照冠心病及易患冠心病的高危人群诊断标准<sup>[2]</sup>,除了冠心病患者外(134 例、28.15%),百分之百的均为易患冠心病的危险人群。因此,对这部分人群的血脂综合干预与观察,对防治他们的心血管疾病,是很有必要的。

从 2008 年开始,笔者结合每年的血脂体检情况,对本研究人群及其家属,进行了如下几项保健对策。①加强健康监护:对每人的年度体检结果,建立个人健康档案,制定个体化的个人保健计划,做好随访工作,对血脂变化显著的,及时分析原因,制订对策,对相关疾病做到早发现、早治疗,有效提高保健水平。②改善饮食结构:指导老干部及其家属进行合理膳食,对他们每天吃的油、盐、糖、主食、副食的质与量进行科学指导,建议他们吃油要尽量吃一些富含  $\Omega$ -3 脂肪酸的不饱和动植物油,每人每天吃油量控制在 25 g 以下;吃盐每人每天应控制在 5 g 以下;尽量少吃糖;饮食宜清淡、低脂、低胆固醇;多吃新鲜蔬菜、水果、瘦肉、鸡、鸭、兔、鱼肉和豆制品、奶制品等,少吃动物内脏、鱿鱼、蟹黄、蛋黄以及煎、炸、烧烤等食品;建议戒烟限酒。③提倡健身运动:以加强有氧运动为主,如散步、跳舞、保健操、太极拳等,科学安排工作休息时间,以免过度疲劳。④开展保健知识宣传:根据老年人常见的慢性病,有计划地请军内外各科专家进行保健知识教育,将一些常见病如冠心病、高血压、高脂血症、糖尿病、脑血管意外等疾病的病因、发病机理、主要症状、预防治疗知识,印成小册子分发给大家,以增强老干部的自身保健意

识。⑤指导合理用药:经上述调节,血脂仍未降至正常者,建议服用他汀类药物和烟酸及抗血小板药物等。

经过 5 年来的不懈努力,本研究人群的 TC、LDL-C、TG 水平均有明显降低;各项指标的达标率均有显著提高,分别达到了 TC 为 56.86%、LDL-C 为 63.28%、TG 为 68.64%,其中 TC 的达标率明显高于国内 31.7% 的平均水平<sup>[3]</sup>;心血管事件(包括心肌梗死、做心脏介入或搭桥手术等)的发生人数从 2008 年的 26 例(5.46%)下降为 2012 年的 24 例(5.04%),因心脏病而住院的人数从 2008 年的 31 人次(6.51%)下降为 2012 年的 28 人次(5.88%),虽说下降的数量有限,但考虑到年龄逐年增高因素,疗效应很显著。总之,研究表明,在军队离退休干部中采用健康教育与药物治疗相结合的综合干预措施,是防治血脂异常的有效手段,据此,有理由相信,这些综合措施对减少老干部心血管事件的发生率,延长他们的寿命,提高他们的生活质量,一定会有益。

#### 【参考文献】

- [1] 蔡勇,李鹏辉,朱萍,等. 离休老干部血压和血脂水平分析[J]. 东南国防医药,2006,8(3):193.
- [2] 王吉耀. 内科学[M]. 北京:人民卫生出版社,2006:264-266.
- [3] 国人高胆固醇血症控制状况多中心研究协作组. 高胆固醇血症临床控制状况多中心协作研究——达标率及影响因素[J]. 中华心血管病杂志,2002,30(2):109-114.

(收稿日期:2013-03-05)

(本文编辑:张仲书)

## 南京军区组织开展死亡病历质量会审

为进一步提高军区医院医疗质量,确保医疗安全,推动团级医院做好等级医院考评准备,2013 年 5 月 8-18 日,南京军区联勤部卫生部抽调 29 家医院 2011-2012 年 2 年内 50 岁以下死亡患者的 1404 份病历,组织内、外系统 12 名临床专家集中进行专项病历质量会审。本次死亡病历质量检查,主题突出,标准严格,目的明确,成效明显,有力促进了军区医院医疗质量管理,受到了全区各级卫生机关和医疗机构广泛好评。

(李瑞斌)