**《肾病患者必须重视降脂治疗》解说词**

P1

大家好！我是来自XX医院XX科的XX，现在由我为大家介绍《肾病患者必须重视降脂治疗》。

P2

有研究报告指出，我国慢性肾脏病(CKD)总患病率为10.8%，预计患者人数达到1.2亿，也就是说，每10人中就有1人患有CKD,患病率如此之高成为全球关注的医疗问题。同时，研究发现CKD患者高脂血症发病率比普通人群高出不少，这一现象越来越引起广泛关注。

P3

那么，肾病患者为什么会出现高脂血症呢？

答案是，CKD患者随着肾功能的下降，往往会出现脂代谢异常，表现为HDL-C(“好胆固醇”)的下降，LDL-C(“坏胆固醇”)的升高以及甘油三脂的升高。此外，对于患有肾病综合征的患者，大量蛋白尿、低蛋白血症会引起肝脏代偿性合成血脂增加，从而出现高脂血症。

P4

高脂血症对肾脏病有何影响呢？

长期的血脂异常会加重肾脏损伤，高血脂可形成血脂栓塞，造成肾脏供血动脉的阻塞，引起肾供血不足、肾萎缩、肾功能下降等。

如下图所示，长期的血脂异常使肾脏发生病变。

P5

众所周知，CKD患者发展到终末期，死亡的主要原因为心脑血管事件。一项调查显示，在血液透析患者中，因心血管事件死亡的患者达43%,因脑血管事件死亡的患者达26%。同时，肾功能对心血管的影响也不容小觑。肾功能越差，心血管病就越严重，心血管病变引起的死亡已成为慢性肾功能衰竭尿毒症的常见死因。

P6

临床上常见的心脑血管事件主要是动脉粥样硬化性疾病，而高血脂则被认为是公认的造成动脉粥样硬化性心血管疾病的重要危险因素。

如左侧图所示，LDL-C增多是心脑血管事件的启动因子，随后增多的LDL-C形成粥样硬化斑块，在斑块不稳定的情况下，斑块破裂形成血栓阻塞血管，最终导致心脑血管事件如心绞痛及脑卒中的发生。

P7

尽管血脂管理对于肾病患者很重要，但仍然有很多患者不够重视。临床中遇到这样的患者，医生常会这样提醒患者：“如果不把血脂降下来，有可能会加速肌酐上升的速度，还会增加患脑卒中、心肌梗死等疾病的风险。

P8

了解了血脂对肾病患者的重要性，下面我们来着重讲解一下肾病患者应如何正确降低血脂水平？

目前，在临床中主要采取以下这两种方式：药物治疗及改善生活方式。其中改善生活方式是基础，药物治疗是关键。

改善生活方式主要是通过采取以下几种方式进行：减少饱和脂肪酸和胆固醇的摄入；选择植物甾醇、可溶性纤维等；减轻体重；增加有规律的体育活动；戒烟、限酒等。

药物治疗中临床应用广泛的是他汀类药物，并且受到众多指南及医生的推荐。

P9

肾病患者应采取哪些健康的生活方式呢？

主要包括以下5点：控制饮食、减轻体重、戒烟限酒、加强体育锻炼及放松身心。

P10

肾病患者应摄入哪些有助于降低血脂的食物？

主要包括以下几种：蔬菜、豆类食物、粗粮、菌类食物、水果。

这些膳食纤维有助于降低血脂的原因是：膳食纤维可与胆固醇结合，使其从粪便排出从而减少胆固醇的吸收。

P11

肾病患者应进行哪些有助于降低血脂水平的体育锻炼？

我们推荐以下几种:乒乓球、羽毛球、跳绳、跳广场舞、游泳、骑单车。

P12

改善生活方式是降低血脂的基础，除此之外，还应积极服用他汀类药物治疗。

《2012年慢性肾脏病血脂管理指南》中指出，≥50岁的患者推荐使用他汀；年龄在18-49岁的慢性肾脏病(非透析或肾移植治疗者),如存在已知的冠状动脉疾病、糖尿病、缺血性脑卒中先兆，预计未来10年发生冠心病死亡或非致死性心肌梗死几率＞10%，建议他汀治疗。

P13

那么，患者在服用他汀治疗时应注意些什么呢？下面我们就来详细介绍一下。

有些患者在服用一段后，就自行减量，这种做法是非常不可取的。例如，临床上经常遇到患者问这样的问题：“我吃他汀都吃1个月了，是不是可以停了？”在这里我们要明确降血脂治疗是持久战，随意停药会导致复发，加重病情！因此，患者不可随意减量、停药。如遇特殊情况需要减量，也应在医生指导下进行。

P14

那么，有患者又会担心，如果长期服用的话，他汀的肾毒性如何呢？

研究表明，他汀是目前最有效的降脂药，这一类药总体上是比较安全的。

然而，根据分子基团的不同，不同的他汀可能会有一定的异质性，某些他汀在慢性肾脏病患者中的使用需要根据肾功能不同调整剂量，请遵医嘱。

P15

“遵医嘱”治疗在临床中的意义重大，肾脏病患者降脂不仅要有一名好医生，更要做一个遵守纪律的患者。下面就通过两个临床病例使大家更直观的了解。

P16

病例一：患者男性，就诊时化验单结果为血肌酐超过正常范围，同时伴有高血压及高血脂。此时患者的肾脏病情不是很严重，规律服药肌酐应该能降至正常水平，不过患者的血脂高，我建议患者应同时加用降血脂的药物，但是患者当时不以为然，认为只要降低肌酐就行了，血脂可暂且不理。

P17

1年后，当我再看见这位患者的时候是在医院的ICU病房，这位患者因为急性心梗需要行支架植入，造影剂的使用以及心脏功能的影响使肾脏损害加重，出现尿量减少，需做透析治疗。此时，这位患者很后悔，看见我时不住地说：“我真没想到会发展成今天这样，真后悔没有听您的话好好服药啊！”

这位患者如果能早期积极启动降脂治疗，就能降低急性心梗发生的风险，不会有今天的悲剧！

P18

与此病例相反的是，张老太太听从了我的建议，她的病情控制的很好。

3年前，她初来就诊时化验单显示其血肌酐轻度升高，血脂指标未达标。当时我对她的建议是应积极降低血脂，除了要改善生活方式还要服用他汀药物。这位患者很配合，3年来都按剂量服药，并定期随诊，其病情一直很稳定。

P19

3年后该患者再进行化验检查时，其结果显示血脂已降到参考值范围，并且无心脑血管并发症肾功能也相对稳定。这位患者现在很幸福，尽享天伦之乐！

P20

肾病的治疗不仅应纠正血脂异常、还应包括降血压、改善贫血等各方面，只有重视血脂管理，才能有效减少心脑血管事件！

P21

谢谢大家的聆听！