

# 教你挑选最合适的降脂药

当你被医生正式确诊为“高血脂”患者后,除了积极改善生活习惯,必要时还得认真挑选一款降脂药。

降脂药的种类有很多,对于不同的患者来说,“没有最好,只有更好”,需要依据病情严重程度、药物药性、可能存在的副作用,以及价格和患者依从性等多重角度综合考量。

口服降脂药是目前临床上治疗高血脂的普遍方法,常见的有他汀类药物、贝特类药物、烟酸类药物、抗氧化剂、胆酸螯合剂、胆固醇吸收抑制剂、新型降脂药物PCSK9抑制剂和中成药等。

不同的降脂药在化学结构、作用机制和降脂效果上都存在一定的差异,患者要做的就是遵医嘱用药,切莫凭自己喜好或道听途说自行服药。

**胆固醇高:**高胆固醇血症患者

在临床上比较普遍,简言之就是患者的“坏胆固醇”——低密度脂蛋白胆固醇(LDL-c)偏高。对于这类高血脂,他汀类药物是首选,比如瑞舒伐他汀、阿托伐他汀、辛伐他汀、普伐他汀等。

不同的他汀适用的患者也不一样,比如常规剂量的瑞舒伐他汀和阿托伐他汀“劲”更大一点,适用于LDL-c较高的患者,而20mg辛伐他汀“劲”相对小一点,因而适合LDL-c轻中度升高的患者;有尿蛋白的患者,一般不推荐瑞舒伐他汀;伴随多种慢性病的老年患者,40mg普伐他汀的安全性更好。

**甘油三酯高:**贝特类药物能够显著降低甘油三酯,如非诺贝特、吉非罗齐等。除了降低甘油三酯外,非诺贝特还能提高“好胆固醇”——高

密度脂蛋白胆固醇(HDL-c)的水平;吉非罗齐则能适度降低LDL-c,对改善血脂谱有良好效果。

**混合性高血脂:**混合性高血脂患者的胆固醇和甘油三酯均亮起“红灯”,血管面临着“双重威胁”,这种情况下可能需要联合使用他汀类和贝特类药物。需要提醒的是,患者需要密切监测肝功能和肌酶水平,以防药物之间的相互作用造成不良反应。

**高密度脂蛋白胆固醇低:**贝特类(非诺贝特、苯扎贝特等)和烟酸类(烟酸缓释片)均可升高高密度脂蛋白胆固醇(HDL-c)。

门诊上不时会碰到降脂不力的患者,他们很想知道是否有必要加大药量。以他汀治疗为例,如果患者应用1片他汀降脂效果不佳,

一般不建议加量至2片甚至更多。从临床观察来看,单纯加量效果不甚明显,反而副作用增加比较多。

最佳选择是联合其他类型的降脂药,实现“1+1>2”的效果,比如他汀+胆固醇吸收抑制剂等。

另外,PCSK9抑制剂近几年比较热门,与他汀联用时表现出了较强的降胆固醇作用,相关指南也做了重点推荐。

需要提醒大家,“合理用药”是防治疾病的关键和根本,高血脂患者要根据自身情况选择适合自己的降脂药,遵医嘱服药,不可随便停药、换药。对于那些肝肾功能不全的患者,在药物及剂量选择上应特别谨慎。同时,为了确保用药的安全性和有效性,大家要定期复查。  
(据《北京青年报》)

## 6个减肥冷知识

比已是推荐值的119%。减肥不能光盯着糖,更要注意减少食用油的摄入。

●饭后刷牙有助于减肥

专家认为,刷牙会让口腔有一种清新干净的感觉,这种感觉会在一定程度上抑制再次进食的欲望,从而更好地管理体重。

●用对餐具瘦得快

研究发现,蓝色餐具可以使人

## 健康瘦身两不误

们的食欲降低40%。看到蓝色食物时,人们很难立刻联想到食物,从而减少了进食的欲望。

●减肥要“多”吃

减肥更要注意营养的均衡和食物的多样化:多吃全谷物、杂豆和薯类食物;多吃蔬菜、水果,多喝水。

●甩肉+力量训练 皮肤不松垮

减肥不宜过快,每月减掉2-4

公斤为宜。还要注意增加力量训练,补充优质蛋白和水分,避免皮肤松垮。

●代糖不是减肥药

研究显示,在膳食总量不变的前提下,以甜味剂替代添加糖确实可以减少能量摄入。但体重管理取决于总能量平衡,代糖不是减肥药,不应夸大它的作用。  
(据《北京青年报》)

北方新报

广告刊登电话

15548876987 13354876987 0471-6635651

地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

东坪煤矿进场公路项目影响评价公众参与二次公示

一、全文链接及查询方式:(1)链接:https://www.eiacloud.com/gs/detail/?id=505191sgSJ,(2)联系建设单位查阅查阅纸质报告。

二、征求公众意见的范围:受建设项目直接影响或间接影响的单位和个人。

三、公众意见表网络链接https://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024\_665329.html

四、公众提出意见的方式和途径:填写意见表后发建设单位

五、提出意见起止时间:自公示起10个工作日内。

六、联系方式:建设单位:窦国亮 15247393935。

遗失声明

依据《内蒙古自治区财政厅关于报送纸质财政票据相关信息的通知》要求,准格尔旗人民法院按照自治区非税收入管理系统内及系统外符合核销条件的纸质财政票据进行梳理,发现以下人民法院诉讼费专用票据(已作废)遗失,现声明作废。

具体情况如下:0000979926至0000979934;0024739935;0024742093;0037273417;0037289961;0037281417;0037659168

上述票号票据一旦流入社会,产生的一切后果由本单位自行负责,特此声明。

准格尔旗人民法院 2025年5月21日

遗失声明

呼和浩特市清水河县公安局因办公地址多次搬迁,导致部分票据遗失,《非税收入一般缴款书》共2827份,遗失票据编号为:3023860024起至3023880009,5000961518起至5000962000,5000771052起至5000772004,5013393038起至5013393206,6064438827起至6064439213,6110673845起至6110673845,6110674338起至6110674338,6110674610起至6110674717,6110674776起至6110674872,6110674987起至611067600X,6466286897起至6466287881,6126483018起至6126485005,6141587018起至6141589005,6064438413,6064438704,6064441292,6064441436,6064441524,6064441540,6064441671,6064441698,6064441807,606444184X,6110671284,6110672287,6110672324,6110672367,6110672711,6110672965,6110673167,6110674258,6110674469,6110674485,6110674522,6110674549,6110674581,6110674936,6035728585,6011510549,声明作废。上述票据一旦流入社会,产生的一切后果由本单位自行负责。

注销公告

内蒙古中鑫商贸有限公司(统一社会信用代码91150204MA7YN7PB46)经股东会决定,拟向公司登记机关申请注销登记,并自清算组已成立,请债权人于本公告发布45日内向本公司清算组申报债权,特此公告。

2025年5月21日

遗失声明

●许国营遗失内蒙古洪兴置业有限公司项下洪兴广场写字楼803办公室租赁房屋履约保证金收据,编号5486426,金额6000元,声明作废

公告

尊敬的平安车险客户:  
在中国平安财产保险股份有限公司内蒙古分公司投保、报案时间在2022年03月31日之前且至今仍未办理索赔的客户,请您在公告之日起30日内拨打95511或通过好车主APP申请理赔,我司将根据《保险法》等相关法律规定核定损失及赔付。  
咨询电话:95511,理赔地址:呼和浩特市赛罕区乌兰察布东街72号园艺御景102号1楼  
特此公告

中国平安财产保险股份有限公司内蒙古分公司 2025年05月21日

债权转让通知公告

苗学芹:  
根据《民法典》和相关法律的规定,我与籍庆再达成债权转让协议,已经将红山区人民法院(2016)内0402民初1962号民事判决书确定的全部债权以及与此转让债权相关的其他权利也一并依法转让给籍庆再。  
由于原债务人刘景东于2017年6月25日病故,经法院确定苗学芹为刘景东唯一继承人。因此,现将债权转让事情通知苗学芹。如刘景东后续增加其他继承人需要通知的,由苗学芹一并通知。  
本债权转让通知未经债权人书面同意不得撤销。特此通知  
通知人:鲍海明 2025年5月21日

●郝生光(身份证号612731196001180636)将内蒙古新正房地产开发有限责任公司开发的《上善·雅筑小区》D座2单元703号房的商品房买卖合同及房款发票丢失,发票号码:87718282,发票代码:015001900111,金额365132元,特此声明●内蒙古兴徽科技有限公司(统一社会信用代码91150105MA0MW27YXD)遗失公章及财务章各一枚,声明作废●乌拉特中旗梓瑶彩钢厂遗失公章一枚,编码1508240006777,声明作废

●科尔沁左翼后旗甘旗卡博成物资商店的公章(编号15052210005983),财务专用章(编号15052210005985),法人章(法人:成格尔,编号15052210005984)遗失,声明作废●省道223线兴和(大同窑)至镇门堡段公路建设管理办公室的开户许可证遗失,账号15050166664000001426,核准号:L2030000255101,开户银行:中国建设银行股份有限公司乌兰察布新体路支行,声明作废●准格尔旗蒙农肥料科技有限公司的公章(编号15062210040237),财务专用章(编号15062210040238),合同专用章(编号15062210040239)遗失,声明作废●不慎将鄂尔多斯市中科万欣富硒清真食品有限责任公司(统一社会信用代码911506093MA0MY1CD8P)在鄂托克农村商业银行赛乌素支行留的(双宝)个人印鉴壹枚丢失,现声明作废●孟长滨遗失残疾证,证号:15010319600406003012,声明作废●白杨不慎遗失警官证,证号010511,声明作废●本人王文春,身份证号11502202211423731,律师资格证号c20171502030454,发证机关:内蒙古自治区司法厅,发证日期:2024年6月19日,声明作废

●内蒙古乌兰察布湖北商会(统一社会信用代码51150900341452494X)原公章丢失,声明作废●吴志强,身份证号150122198608161156,因自身原因将内蒙古爱屋房地产开发有限公司开具的金川摩客国际3号楼一单元1006号房购房收据及购房合同和装修补充协议丢失,收据号为:0001027,金额10000元(大写:壹万元整);收据号为:01500166664000001426,核准号:L2030000255101,开户银行:中国建设银行股份有限公司乌兰察布新体路支行,声明作废●佳机械租赁有限责任公司(统一社会信用代码91150102MA0R00TKXM)遗失公章一枚,声明作废●孙美遗失呼和浩特市赛罕区教育局人事证书正本,统一社会信用代码12150105MB1G68386A,声明作废●东胜区居悦标识广告制作部遗失公章(编号1527010102777)及法人章(胡艳)各一枚,声明作废●本人韩学霖,证件号:152127198501092713,本人因自身原因将贵公司开具的金川摩客国际A2-608室购房收据原件遗失,收据号为(0000564,金额小写42852元(大写肆万贰仟捌佰伍拾贰元整),开具内容:房款收据,现因该房款收据遗失,在此本人声明作废并以此遗失声明办理相关业务,日后此房款收据原件出现,内蒙古爱屋房地产开发有限公司有权拒绝办理相关业务,由此造成的经济纠纷与贵公司无关,由本人负责,特此声明●呼和浩特市骏马搬家服务有限公司《道路运输经营许可证》证正本遗失,证号:150125003994,声明作废●本人樊丽华遗失新城区塔利可租房5号楼1单元4层403的租赁合同,合同编号:GXC20193858,声明作废●包头市鹏民农牧林综合服务有限公司的公章(编号1502040001655)、财务专用章(编号1502040001657)、法人章(法人:常乐,编号1502220008290)遗失,声明作废

●兰天(身份证号150104197105281028)遗失内蒙古和置业有限公司开具的位于玉泉区印象江南B区11号楼6单元5030号房购房款收据三张,金额:101911元,金额:59202.8元,金额:7130元,声明作废●内蒙古卓信财富投资管理有限公司(统一社会信用代码91150100318411758Q)遗失财务章一枚,声明作废●内蒙古众力佳机械租赁有限责任公司(统一社会信用代码91150102MA0R00TKXM)遗失公章一枚,声明作废●孙美遗失呼和浩特市赛罕区教育局人事证书正本,统一社会信用代码12150105MB1G68386A,声明作废●东胜区居悦标识广告制作部遗失公章(编号1527010102777)及法人章(胡艳)各一枚,声明作废●本人韩学霖,证件号:152127198501092713,本人因自身原因将贵公司开具的金川摩客国际A2-608室购房收据原件遗失,收据号为(0000564,金额小写42852元(大写肆万贰仟捌佰伍拾贰元整),开具内容:房款收据,现因该房款收据遗失,在此本人声明作废并以此遗失声明办理相关业务,日后此房款收据原件出现,内蒙古爱屋房地产开发有限公司有权拒绝办理相关业务,由此造成的经济纠纷与贵公司无关,由本人负责,特此声明●呼和浩特市骏马搬家服务有限公司《道路运输经营许可证》证正本遗失,证号:150125003994,声明作废●本人樊丽华遗失新城区塔利可租房5号楼1单元4层403的租赁合同,合同编号:GXC20193858,声明作废●包头市鹏民农牧林综合服务有限公司的公章(编号1502040001655)、财务专用章(编号1502040001657)、法人章(法人:常乐,编号1502220008290)遗失,声明作废