

服用他汀有顾虑？切莫因噎废食

文 / 中国人民解放军总医院第七医学中心 彭昭



关键词：他汀类药物；心血管；不良反应；安全用药

在药师工作中，常会有患者担忧地问我：“听说他汀类降脂药伤肝又伤肾，那我还能用吗？”这种顾虑我们非常理解。但是，若因此便拒绝服药或擅自减量，可能导致血脂失控，反而会大大增加心血管疾病的发生风险，这种行为无异于因噎废食。

今天，我们就来科学、客观地聊一聊他汀类降脂药的不良反应问题。

一、服用他汀类降脂药的必要性与安全性

动脉粥样硬化性疾病（包括冠心病、脑卒中等）是我国居民的首要死亡原因，相关死亡人数占总死亡构成的40%以上。这类疾病起病急、后果重，常在首次发作

时就可能危及生命或导致严重后遗症。

胆固醇在动脉粥样硬化的发生与发展过程中起着不可忽视的负面作用。数据显示：胆固醇每上升1%，正常人罹患冠心病的风险约增加2%；而每升高1 mmol/L，发生缺血性脑卒中的风险则上升约25%。

在临床实践中，他汀类药物是控制胆固醇、稳定斑块的基石药物。研究证实，长期规范使用这类药物，可将心肌梗死等主要心血管事件的发生风险降低约30%，脑卒中的发生风险也会同步下降。

需要明确一点：他汀类药物与其他药物一样，可能存在不良反应，但在医生或药师指导下合理使用，绝大多数不良反应是可监测、可管理的。综合来看，规

范应用他汀类药物控制血脂的获益,远远超过其潜在风险。

二、关于他汀类降脂药的三大焦点问题解析

焦点问题1: 他汀类药物真的“伤肝”吗?

他汀类药物在保护心血管的同时,对肝脏的常见影响表现为转氨酶升高。这种情况的发生率不高,大约为0.5%~3.0%,通常出现在开始用药后的3个月至1年内,且用药剂量越大,发生的可能性也相应增加。不过,这种转氨酶升高通常是可逆的,在减少药量或停药后,指标大多能够恢复正常。

服药期间,患者应定期检查肝功能。若转氨酶轻度升高(低于正常值上限3倍),通常不代表肝脏损伤,一般不用停药或减量,医生会建议定期复查。若转氨酶显著升高,此时应停用他汀类药物,并及时就医。待转氨酶恢复正常后,医生会指导您继续治疗。

焦点问题2: 他汀类药物一定会引发肌肉症状吗?

服用他汀类药物后,部分患者可能会出现肌肉酸痛或无力等症状,发生率为1%~5%。虽然还可能導致较为严重的横纹肌溶解综合征,但实际却很罕见,发生率不足百万分之一。因此,对于绝大多数人而言,他汀类药物对心脑血管的保护作用,远远超过其带来严重

肌肉问题的微小风险。

服药后若出现肌肉酸痛、无力等症状,需通过检查肌酸激酶(CK)来评估严重程度:

(1) CK正常或轻度偏高(低于正常值上限4倍)

若无症状,可按原剂量继续服药,密切观察;若伴有肌肉症状,则应暂停用药。待症状完全消失、CK恢复正常后,可在医生指导下换用另一种他汀类药物。

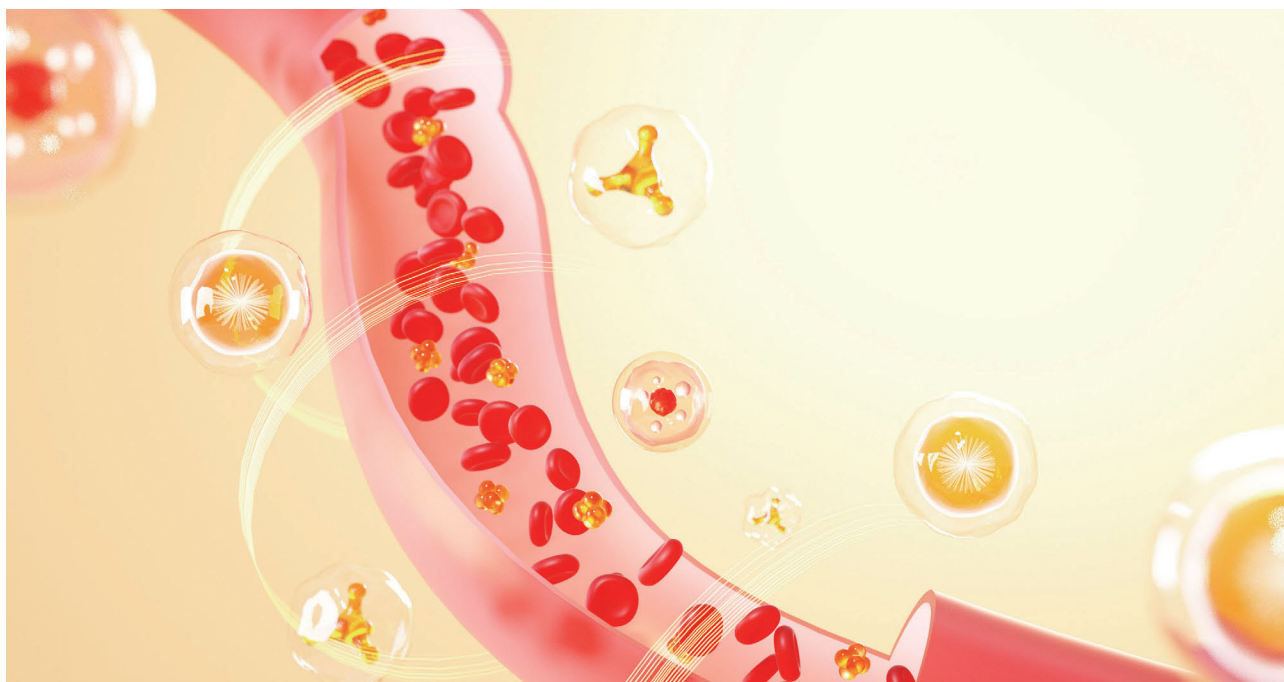
(2) CK显著升高

这是一个危险信号,必须立即停用他汀,并严密监测CK值和症状。若CK超过正常值上限10倍,说明肌肉损伤较重,可能已影响肾脏,此时需检查尿肌红蛋白和肾功能。待身体恢复后,应与医生重新评估用药方案,可选择联合其他降脂药(如依折麦布等)或换用非他汀类药物治疗。

焦点问题3: 服用他汀类药物会得糖尿病吗?

服用他汀类药物确实可能对血糖代谢产生一定影响,例如干扰胰岛素信号通路或影响胰腺 β 细胞功能,从而在一定程度上增加患糖尿病的风险,并可能引起胰岛素抵抗。

不过,对于这一风险我们需要客观看待。数据显示,每1000名服用他汀类药物的患者中,每年仅会新增约1例糖尿病病例。事实上,一些常见的心血管药物(如



β 受体阻滞剂、噻嗪类利尿剂等)对血糖的影响甚至比
他汀类药物更明显。最关键的是,他汀类药物带来的
糖尿病风险,与其对心血管的保护作用相比,可谓微不
足道。

三、安心服用他汀类药物,三道防线来护航

了解风险,是为了更安全地用药。要想安心服用他
汀类药物,需要您和医生共同努力,筑牢下面三道“安
全防线”:

1.定期检查是“核心防线”

这是最科学、最可靠的安全保障。请务必按照医
生的要求定期检查,项目主要包括血脂、血糖、肝功能
(转氨酶)和CK。建议开始服药后4~6周复查一次,结
果达标后,每3~6个月复查一次。这套“体检组合拳”
能帮助我们及早发现大部分潜在问题,把风险控制在
萌芽状态。

2.主动沟通是“预警防线”

您是自己身体感受的第一知情人。除了看化验单,
更要留意身体的“求救信号”。若出现肌肉酸痛、异常
疲劳、食欲缺乏、尿色变深、皮肤发黄等情况,应立即

告知医生。您的及时反馈,是实现早期处理的关键。

3.遵从医嘱是“基础防线”

这是保证疗效和安全的最基本要求。以下两件事
尤其重要:

(1)不自行改变用药

切勿因担心不良反应而擅自停药,这会导致血脂反
弹,使心血管风险升高。同样,也不要自己增加药量,因
为他汀类药物的不良反应风险会随剂量增加而升高。
遵医嘱用药,才是最安全的选择。

(2)坦诚告知健康状况

就诊时,务必将您的全部健康状况(包括肝肾功
能、饮酒习惯等)和正在服用的所有药物(包括保健
品)告知医生。因为某些药物(如环孢素、克拉霉素、伊
曲康唑、胺碘酮等)与他汀类药物同服会影响药物在体
内的代谢,从而增加不良反应的发生风险。

通过以上方式,我们完全可以将他汀类药物的不
良反应风险降至最低。因此,别让误解成为您拒绝用
药的理由。从今天起,用科学的态度对待他汀类药物,
安心降脂,让健康长久相伴。**药物与人**

本文编辑:王佳昕

