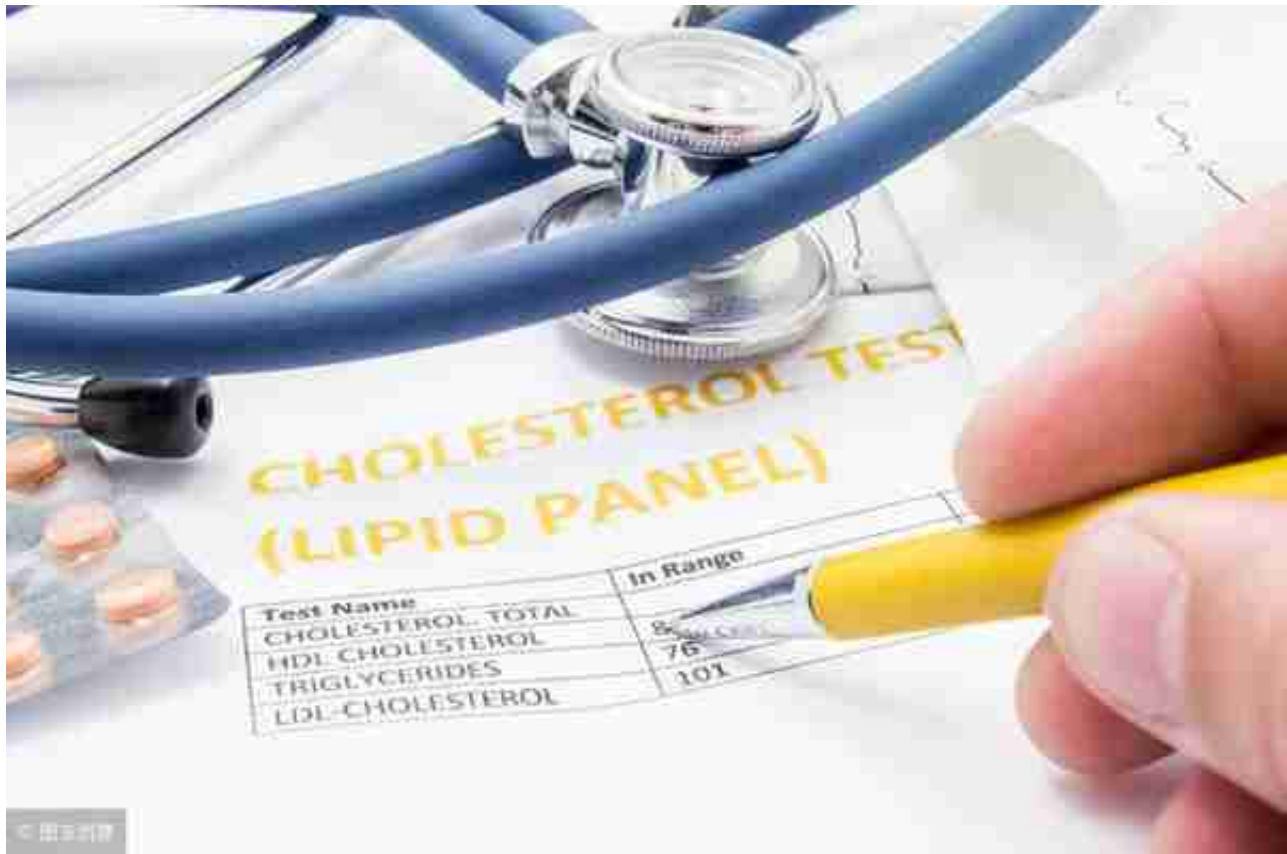


对于有心血管疾病风险的朋友，血脂检查是很重要的一个方面，通常可以检查血脂四项或血脂七项，不管检查几项，血脂报告单还是比较容易看懂的，今天就来为大家解读下血脂检查报告单上这些数字的意义。



对于已有心血管疾病的患者，如果上面两个指标的水平未超标，也并不算达标，通常对于已有心血管疾病的朋友，应该把低密度脂蛋白胆固醇降低到1.8以下，或者应该至少在原有的基础上降低50%以上；而如果是没有心血管疾病的患者，却属于高危风险的朋友，也应该把低密度脂蛋白胆固醇降到2.6以下才算达标。

说完总胆固醇和低密度脂蛋白胆固醇，我们再来说说高密度脂蛋白胆固醇，高密度脂蛋白胆固醇的主要作用是转运体内外周组织中多余的胆固醇回到肝脏，有个肝脏分解代谢后排泄出体外，因此，相对于前面谈到的两个指标，这个指标如果偏低（一般参考值是1.04），对心血管方面是一种风险因素。通常我们用总胆固醇减去高密度脂蛋白胆固醇的数值（非高密度脂蛋白胆固醇）来作为评估心血管疾病患者风险的第二指标（第一指标是低密度脂蛋白胆固醇），对于已有心血管疾病的患者，非高密度脂蛋白胆固醇值最好低于2.6，而对于心血管疾病高危风险者，这个值最好低于3.4。



如果是单纯甘油三酯超标，在未超过5.8的情况下，属于轻中度的甘油三酯升高问题，这种情形下，可以通过加强生活控制来降低，而如果对于超过5.8的重度升高的情况，就更应该引起注意，甘油三酯重度升高，除了影响心血管健康，还常常会引发急性胰腺炎等疾病问题。

除了这4个常见的血脂指标，在血脂检查七项中，还有载脂蛋白A1，载脂蛋白b，以及脂蛋白a三个指标，载脂蛋白A1指征高密度脂蛋白的水平，载脂蛋白b指征低密度脂蛋白的水平，用于辅助诊断和评估心血管疾病风险，而脂蛋白a比较特殊，是一个独立的指标，这个指标受饮食、运动、药物等外界干预因素影响很小，而往往与人的体质和遗传因素有很大关系，对于脂蛋白a升高的朋友，特别是高出很多倍的朋友，一方面应该排查肝脏问题，如果肝脏没有问题，那么多是遗传和体质原因，通常生活干预和服药对其没有好的降低效果，控制好其他血脂指标，减少心血管疾病风险就好。 [#清风计划#](#)