



新华社北京10月24日电 (记者毛伟宏) 国家心血管病中心24日在京发布《中国成人血脂异常防治指南(2016年修订版)》,从生活方式干预、控制危险因素和规范诊疗入手,指导医护人员和公众提高对血脂异常防治的知晓率、治疗率和控制水平。据测算,2012年我国血脂异常患者约4.3亿人,冠心病死亡率以每十年30%的增幅上升。

依据国人长期队列研究流行病学数据和临床循证研究进展,新修订的指南对人群的心血管病危险分层做了重大更新,对缺血性心血管病极高危人群提出更严格的控制目标。指南坚持以预防为主,防治结合的方针,提出通过定时血脂检测,早期发现高胆固醇患者,从生活方式干预、控制危险因素和规范诊疗入手,努力提高人群血脂异常防治的知晓率、治疗率和控制率水平。

定期检查血脂是防治心血管病的重要措施。指南建议20岁至40岁成人至少每5年测量一次血脂,40岁以上男性和绝经期后女性每年检测血脂,动脉粥样硬化性心血管病患者及其高危人群每3至6个月检测血脂。

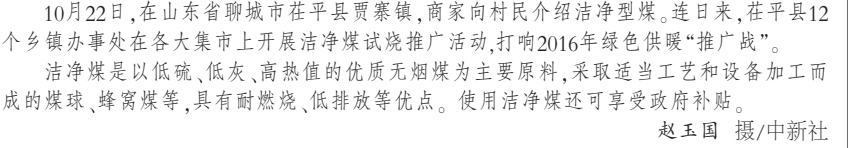
采取健康生活方式是防治血脂异常和

动脉粥样硬化性血管疾病的基本策略。指南提出良好的生活方式包括坚持心脏健康饮食、规律运动、远离烟草和保持理想体重,建议血脂正常者每日饮食应包含25至40克以谷类、薯类为主的膳食纤维,摄入胆固醇应小于300mg。

《中国居民营养与慢性病调查报告》显示,2012年我国成人血脂异常患病率达40.4%,较2002年的患病率水平出现大幅度增加,呈现为国民血脂异常的普遍暴露状态,且成人血脂异常患者的知晓率和治疗率仍处于较低水平,对我国血脂异常防治工作提出更为严峻的挑战。

血脂异常与心血管病发病增加关系密切。血脂异常已成为我国城乡居民第一位死亡原因,严重消耗医疗和社会资源,给家庭和社会造成沉重的疾病负担。血脂异常(主要是高胆固醇血症)是心血管病的主要危险因素。国内外研究和临床实践证明,预防和

控制血脂异常,降低人群胆固醇水平,可明显减少心肌梗死、缺血性卒中事件和心血管死亡,显著改善心血管病患者的生活质量并有效降低疾病负担。



是幸运的，不少人排了好几天队也还没来得及办理居住证号码。

据北京市公安局解释，由于居住证服务管理系统上线时间短，来京人员办证需求大，再加上人工录入慢、系统不稳定等原因，在朝阳、通州、昌平、丰台等外来人口聚集的区，出现了居住证办理“一号难求”的现象。

北京市公安局相关负责人在接受媒体采访时称，公安机关将于近期开通办理居住证业务网上自助申报、填写和照片上传等服务。年底前，可以受理办证业务的派出所，流管站将增加至4000个。

(下转第3版)