

中国万余名农村居民调查 适量饮酒并未保护心血管

适量饮酒常被认为对心血管有保护作用。但近期，中国医科大学第一附属医院孙英贤等在1万余乡民中进行的研究发现，大量饮酒会显著增加冠心病和高血压风险，而适量饮酒并没显示出保护心血管的益处。(Int J Cardiol. 2016;215:257)

调查显示，有16.7%的人大量饮酒，7.5%适量

饮酒，75.8%的人不饮酒。

其中有高血压者每日饮酒中平均酒精量为18.1g，而无高血压者明显少饮为12.3g；有冠心病的人多注意控制，要比无冠心病者少饮。

多变量回归分析显示，与不饮酒相比，大量饮酒可使冠心病风险升高25%，高血压风险升高74%。校正全部危险因素

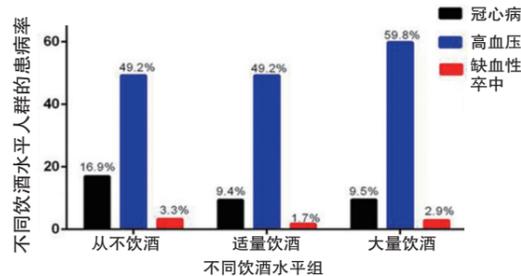


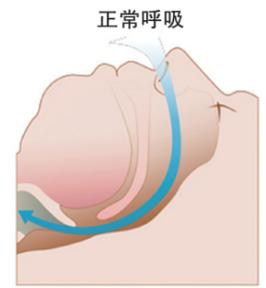
图1 不同饮酒水平人群的冠心病(CHD)、高血压(HT)和缺血性卒中(IS)患病率

后，适量饮酒与冠心病、而在最新发布的《中国居民膳食指南(2016)》

中建议，男性每日饮酒酒精量不超过25g，而女性不要超过15g。

该研究共纳入北方乡村地区11269位35岁以上乡民。其中适量饮酒定义为女性每日1饮，男性每日不超过2饮；大量饮酒定义为女性每日超过1饮，男性每日超过2饮。1饮定义为平均含有15g酒精的各种酒类。

睡眠呼吸暂停增加介入治疗不良心脑血管事件



上海胸科医院李若谷教授参与的一项多国研究发现，阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)与经皮冠状动脉介入治疗(PCI)患者的主要不良心脑血管事件(MACCE)风险独立相关。(Circulation. 2016年5月13日在线版)

睡眠和支架研究是对5个国家成功行PCI患者的一项前瞻性、多中心注册研究，2011年12月至2014年4月共纳入1748例患者。本分析纳入该研究中在PCI术后7d内完成睡眠研究的1311例患者。其中80.1%置入药物洗脱支架，6.3%置入生物可吸收支架。OSA定义为睡眠呼吸暂停低通气指数 ≥ 15 次/h，在45.3%的患者中发生。

中位随访1.9年，有141例患者中发生MACCE。OSA组较非OSA组的MACCE粗发生率明显更高，3年估算发生率分别为18.9%和14.0%。多变量Cox回归分析提示，OSA是MACCE的预测因子(校正后HR为1.57)，且独立于年龄、性别、种族、体质指数、糖尿病和高血压。



本版编译 牛艳红

CKD 住院患者并发症风险升高近两成

加拿大学者进行的一项大型队列研究显示，CKD住院患者经历医院获得性并发症(HAC)的风险升高19%。(Clin J Am Soc Nephrol. 5月11日在线版)

研究者采用加拿大阿尔伯特肾病网络数据，分析了536549例患者的医疗记录，其中8.5%的患者住院前有CKD。

整个队列中，有42036例患者至少发生1种潜在或完全可预防的HAC。其中CKD患者至少出现1种HAC的比例为13%，肾功能正常者为7%。校正其他因素后，CKD患者发生HAC的风险升高19%。

而且，HAC风险随肾功能下降而增加。估算肾小球滤过率每降低 $5 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot 1.73 \text{ m}^{-2}$ ，HAC

风险增加1%。CKD 5期患者的HAC风险可达78%。

为进一步验证该研究结果，研究者又对3800万北美住院患者进行了分析。结果发现，CKD组发生潜在可预防HAC的风险升高17%。肾病越严重，发生潜在可预防的HAC的风险越高。

其中最常见的心血管病、呼吸系统疾病和其他手术、医疗并发症。

CKD患者发生完全可预防并发症的风险升高16%，其中最常见包括术后部位感染、跌倒、创伤和深静脉血栓形成。

研究者表示，CKD患者可能是实施循证策略降低HAC风险的理想高危人群，这将进一步改善患者和卫生保健系统结局。

近半数心肌梗死为沉默型

沉默型心梗患者心血管、全因死亡风险分别升高2倍和34%

沉默型心肌梗死即无症状心肌梗死，其隐蔽性让人容易忽略。近日，美国学者研究发现，近半数心肌梗死为沉默型，而且沉默型心肌梗死与死亡风险增加相关。(Circulation. 5月16日在线版)

研究者表示，与引起胸痛、呼吸短促或冷汗等体征的症状性心肌梗死一样，沉默型心肌梗死的预后也很糟糕，然而由于患者难以察觉他们发生了沉默型心肌梗死，因此无法及时接受治疗来预防心脏病再次发作。

研究者分析了ARIC

研究者中9498例中年受试者的数据。中位随访8.9年期间，共发生317例沉默型心肌梗死，386例心肌梗死有临床症状。在此之后，研究者对这些受试者继续随访20余年，以追踪其心脏病或其他疾病死亡结果。

结果发现，沉默型心肌梗死占了所有心肌梗死的45%，可使心脏病死亡风险升高2倍，使全因死亡风险升高34%。虽然沉默型心肌梗死在男性中更常见，但对女性的死亡风险更大。

研究者指出，沉默型心肌梗死的症状如此轻微，

以致其难以发现，患者通常都是在之后进行心电图检查时检测出来的。一旦发现沉默型心肌梗死，这些患者应与症状性心肌梗死一样，接受积极的治疗。

此外，两种心肌梗死具有共同的改变危险因素。对于沉默型心肌梗死患者，医生也要帮助其戒烟、降低体重、控制胆固醇和血压，以及更多运动。

ARIC研究开始于1987年，纳入美国四个社区无心脏病的受试者，目的是测定心脏病危险因素以及动脉硬化对健康的长期影响。

垃圾食品和高脂饮食的危害肾脏堪比糖尿病

英国研究发现，摄入过多垃圾食品或高脂饮食可导致血糖升高，对肾脏的损害相当于糖尿病。(Experimental Psychology. 5月11日在线版)

研究者用含60%脂肪的高脂食物喂食小鼠5周，或奶酪、巧克力棒、棉花糖等垃圾食品喂食小鼠8周，评估这两种饮食对小鼠血糖水平的影响，

以及它们如何影响肾脏中各种葡萄糖转运体，并将结果与1型或2型糖尿病小鼠比较。

结果发现，高脂饮食或大量摄入垃圾食品的小鼠，其体内两种肾脏葡萄糖转运蛋白GLUT和SGLT受体增加，且增加数目同2型糖尿病对肾脏的影响相同。

而这两种肾脏葡萄糖

转运蛋白，均在肾脏对葡萄糖的重吸收中扮演重要角色。特异性抑制这两种蛋白有助于降低血糖。

该结果表明，与2型糖尿病患者一样，不健康饮食也是造成肾损伤的高危险因素，且程度相似。

该研究结果或为降低血糖带来了新的治疗策略，即阻断肾脏中葡萄糖转运蛋白来降低血糖的水平。

图片新闻

5月16日，第六届“5·18血管健康日”宣布，今年的年度主题为“管好胆固醇，对心脑血管梗说不”。来自心血管、脑血管和糖尿病领域的专家呼吁：胆固醇是心梗、脑梗重要的危险因素，要及早实施干预！同时，中国第一个“胆固醇月”启动，设在每年的5月。



左起：郭立新、王拥军、赵宝华、胡大一、常翠青教授出席

吸烟显著增加肾病患者不良预后风险

阜外医院蒋立新教授与多国学者合作进行的SHARP研究结果显示，吸烟显著增加慢性肾脏病(CKD)患者的血管和非血管疾病发病和死亡风险，但与肾脏病进展不相关。(Am J Kidney Dis. 4月22日在线版)

研究纳入9270例

CKD患者。基线时，有13%的患者吸烟(中位吸烟量为每天10支)，35%的患者曾经吸烟，51%的患者从不吸烟。

中位随访4.9年，当前吸烟者较从不吸烟者的血管事件风险高36%，动脉粥样硬化(RR=1.49)和非动脉粥样硬化

(RR=1.25)事件风险均升高。

此外，当前吸烟者的癌症风险升高37%，其中肺癌(RR=9.31)和上呼吸道癌(RR=4.87)风险最高。

在基线时未接受透析的6245例患者中，当前吸烟者和从不吸烟者的终末

期肾病风险无明显差异，而且估算肾小球滤过率变化也无显著差异。

当前吸烟者的全因死亡率升高48%，血管(RR=1.35)和非血管(RR=1.60)原因死亡，尤其是癌症(RR=2.32)和呼吸(RR=2.25)系统疾病死亡明显升高。