

美国首次发布卒中姑息和终末期治疗科学声明 卒中也要有“姑息治疗”

3月27日，美国心脏学会联合美国卒中学会发布了卒中姑息和终末期治疗科学声明，这也是美国首个提出卒中基本姑息治疗概念的声明。在该声明中，基本姑息治疗定义为：以患者和家庭为中心的治疗，通过预测、预防和治疗卒中患者所受痛苦，以改善其生活质量。（Stroke. 2013年3月27日在线版）

声明指出，严重或致死性卒中患者及其家庭对姑息治疗的需求非常大。因此，对他们来说，“整个病程都应能获得基本姑息治疗。”

我国医改重大专项“脑卒中高危人群筛查和干预项目”中期数据分析显示，2012年，我国卒中标准化患病率约为1.82%，估计我国40岁以上卒中患者高达1036

万。因此，姑息治疗对于我国卒中管理意义重大。

该声明强调了协作良好的医疗团队对个性化治疗、优化生活质量以及减少痛苦的重要性。

声明的主要撰写者、美国纽约罗彻斯特大学神经内科主任Robert Holloway表示：“姑息治疗应该是卒中患者及其家庭、卒中治疗团队和不同学科的医疗人员，包括神经内科医生、神经外科医生、初级保健医师、护士和理疗师之间的协作治疗。”他补充道：“卒中团队及其成员可以处理许多姑息治疗问题，同时也鼓励患者独立做出明智的选择。”

该声明指出，卒中治疗以临床上具有挑战性、情感需求强烈、道德层面上医疗决策复杂为主要特

严重或致死性卒中患者及其家庭对姑息治疗的需求非常大。因此，对他们来说，整个病程都应能获得基本姑息治疗。

点。大多数患者在急性发病或垂死时都希望缓解痛苦，尽可能减少家庭负担，与至亲至爱的人朝夕相处，并有自主掌控能力。

声明指出，姑息治疗为卒中治疗提供了很多帮助，它不应被视为生命维持治疗或其他卒中循证治疗的替代治疗，而应是能为患者及其家庭或看护者加强治疗的重要补充。

声明指出，为卒中患者及其家庭“量身定制”的姑息疗法应包括以下内容：（1）以患者的个人意愿、

需求和价值观指导医疗决策制定；（2）讨论哪些方面的康复治疗对患者或其家庭最为重要；（3）针对患者的预后、卒中后躯体功能丧失或精神异常的处理方法甚至死亡等敏感话题进行有效的讨论；（4）指导患者及其家庭选择生命支持治疗方案，强调心肺复苏、呼吸机辅助通气、插胃管、外科手术以及不进行心肺复苏、不插胃管、自然进食的利与弊；（5）让患者和家属了解卒中后常见症状（包括疼痛、其他躯体症状及抑郁和焦虑等精神异常）的最佳治疗方案；（6）如出现复杂问题，应求助姑息治疗专家；（7）在整个卒中病程中，包括死亡和濒死时帮助维护患者的尊严并予以最大的安慰。

精神

抗焦虑和安眠药可能增加死亡风险

来自英国的一项回顾性队列研究表明，应用抗焦虑或安眠药可能显著增加死亡风险。（BMJ. 2014, 348: g1996）

该研究纳入10万余例受试者，平均随访7.6年。在应用抗焦虑或安眠药的受试者中，约半数（47.9%）应用地西洋，其次是替马西洋（35.1%）和佐匹克隆（34.1%）。

分析结果显示，与从不应用抗焦虑或安眠药者相比，应用这些药物者在随访第1年内的早死风险增加2倍以上（HR=3.32）。将第1年内死亡病例剔除后，随访期间，每100例应用抗焦虑或安眠药的患者中，大约有4例死亡。研究者发现，苯二氮卓类药物、扎来普隆、唑吡坦和佐匹克隆等药物累积用量越大，死亡风险越高，以苯二氮卓类药物风险最高。随访第1年内，抗焦虑或安眠药用量超过每日剂量90倍者的死亡风险是不用这些药物者的4.51倍。

环境

2012年全球700万人因空气污染过早死亡



3月25日，世界卫生组织（WHO）发布的数据显示，2012年，空气污染造成全球约700万人过早死亡，即全球每8例死亡中，就有1例死于空气污染。（WHO官方网站）

这一调查结论是既往估计数字的2倍以上，确

认空气污染是全球最大的环境健康危险因素。新数据还提示，绝大部分空气污染导致的死亡都与心脑血管病有关。在室外空气污染导致的死亡直接原因中，缺血性心脏病和卒中各占40%，慢性阻塞性肺疾病、肺癌和儿童急性下

呼吸道感染依次占11%、6%和3%；在室内空气污染导致的死亡直接原因中，缺血性心脏病和卒中分别占26%和34%，慢性阻塞性肺疾病、儿童急性下呼吸道感染和肺癌依次占22%、12%和6%。

调查显示，室内空气污染主要与烧煤、烧柴和使用生物质炉灶做饭有关。2012年，全球430万例死亡与燃煤、烧柴和使用生物质炉灶有关。室外空气污染则主要与交通、发动机、工业和农业污染物排放等有关，中国和印度等快速工业化国家尤其明显。

妇产

孕妇肥胖或致死胎风险增加25%

美国宾夕法尼亚州德雷塞尔大学医学院妇产科Ruofan Yao等开展的一项大样本人群研究显示，1/4左右的死胎与孕妇肥胖有关，且死胎风险随孕妇体质指数（BMI）增加而升高。（Am J Obstet

Gynecol. 2014年3月27日在线版）

该研究纳入单胎妊娠、于妊娠20~42周出生的2868482例新生儿，其中9030例为死胎。

多因素校正分析显示，在超重、轻度肥胖、中度肥

胖、重度肥胖及BMI≥50kg/m²孕妇中，死胎风险较体重正常孕妇依次增加36%、71%、100%、148%和216%。BMI≥50kg/m²孕妇在妊娠39周和41周时，死胎风险分别是体重正常孕妇的5.7倍和13.6倍。

神经

我国缺血性卒中患者糖调节异常可独立预测死亡

近期，首都医科大学附属北京天坛医院王拥军教授等公布的中国急性卒中患者糖调节异常（IGR，包括糖耐量受损和空腹血糖受损）调查结果提示，IGR可作为我国缺血性卒中患者1年死亡的独立预测因素。（Stroke. 2014年3月27日在线版）

研究者强调，我国缺血性卒中患者应早期筛查IGR，因为早期干预IGR

有助于改善预后。该研究入选2639例缺血性卒中患者，其中2167例接受1年随访。结果显示，伴IGR者死亡率明显高于糖调节正常者（6.8%与2.1%），但两组患者中残疾和卒中复发率相似。进一步分析显示，IGR是缺血性卒中患者1年死亡的独立预测因素（HR=3.088，P=0.006），但对残疾和卒中复发无明显影响。

认知功能下降与卒中风险增加有关

一项纳入12项前瞻性队列研究的最新Meta分析表明，认知功能受损与卒中风险增加显著相关。（Stroke. 2013年3月27日在线版）

研究者认为，认知功能检测或许有助于更好地识别卒中高危人群。认知功能下降者卒中风险增加可能有三方面原因：第一，两者之间有共同的危险因素，包括高血压、糖尿病和房颤等；第二，认知功能下降可能是脑

部微血管受损和隐匿性脑血管事件的表现，久而久之形成卒中；第三，认知功能下降患者的生活方式可能相对不健康。

该分析共覆盖82899例受试者。结果显示，认知功能总评分每下降1个标准差，卒中风险增加19%；执行功能或注意力、记忆力、语言能力等方面认知功能每下降1个标准差，卒中风险依次增加14%、7%和8%，这三方面无显著差异。

营养

十字花科蔬菜健康获益与抗炎作用有关



既往研究提示，经常摄入十字花科蔬菜（卷心菜、西兰花、萝卜、芥兰、白菜等）有助于抗癌和预防心脑血管病。近期，一项在中国中年女性中开展的横断面研究表明，十字花科蔬菜对健康的有益影响可能与其有抗炎作用有关。（J Acad Nutr Diet. 2014年3月17日在线版）

该研究是上海女性健康研究的一部分，入选1005例中国中年女性受试者，通过问卷形式调查受试者各种食物的

摄入量。受试者每日十字花科蔬菜中位摄入量不足1杯（1杯约为240g），最低和最高五分位摄入量分别不足半杯和大约1.5杯。

结果显示，在十字花科蔬菜摄入量最高五分位的女性中，血肿瘤坏死因子-α、白介素-1β和白介素-6水平较摄入量处于最低五分位者降低13%、18%和25%。研究者发现，十字花科蔬菜摄入量与上述炎症因子水平呈负相关关系。