

1 型糖尿病：LDL-C 不能预测心脏风险

总胆固醇与高密度脂蛋白胆固醇比值更为可靠

瑞典萨尔格林斯卡大学医院 Christel Hero 在美国糖尿病学会（ADA）年会上报告的一项观察性研究显示，低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）并非 1 型糖尿病患者心血管病的良好预测因素，总胆固醇与高密度脂蛋白胆固醇（TC/HDL-C）比值可能更为可靠。（摘要号 381-OR）

该研究采用瑞典国家糖尿病登记中心数据，共纳入 30 778 例 18~79 岁的 1

型糖尿病患者，其中 8172 例接受调脂药物治疗，9324 例 ≥ 40 岁且至少有 1 种其他心血管病危险因素。平均随访 7 年，与其他患者相比，接受药物治疗的高危患者发生的心血管事件更多（14.6 例/1000 人年与 52.3 例/1000 人年）。但校正多重危险因素后，治疗组与未治疗组之间 LDL-C 升高所导致的心血管风险无显著差异（HR 分别为 1.07 和 1.04）。相反，



TC/HDL-C 比值对于所有组都是可靠的预测因素。

Hero 指出，该研究表明在接受他汀治疗的 1 型糖尿病患者中，LDL-C 与

后续心血管病无任何显著关联。而在接受与未接受治疗患者中，TC/HDL-C 比值与心血管病均呈中度相关，且无论分类如何，

风险一致升高。“考虑到一级预防，TC/HDL-C 比值是心血管风险的一个更可靠的标志物。”

美国阿拉巴马大学 Fernando Ovalle 表示，研究结果强调了在 1 型糖尿病患者心血管病方面尚有很多未知之处。ADA 主席 Elizabeth Seaquist 告诫说，临床实践中也不要马上放弃 LDL-C。在 1 型糖尿病患者中，LDL-C 预测心血管病的强度可能不如在 2

型糖尿病患者中，但还需进一步研究确定在诊室中用什么来预测心血管病。

丹佛科罗拉多州大学的 Robert H. Eckel 认为，该研究表明 1 型糖尿病的动脉粥样硬化与 2 型糖尿病可能有所不同，纤维化或钙化可能更多。但他告诫，既往研究显示，1 型糖尿病患者的 HDL-C 相当高，将其用作分母可能影响其实用性，且 HDL-C 可能被糖基化或修饰。

噻嗪类利尿剂 65 岁以上老人要慎用

噻嗪类利尿剂一直被认为是一线降压药物。但最近一项研究发现，对于 65 岁以上老年高血压患者，刚开始应用噻嗪类利尿剂要警惕低钠血症、低钾血症或急性肾损伤。（J Am Geriatr Soc. 2014;62:1039）

研究者发现，在刚开始使用噻嗪类利尿剂的老年人中，有 14% 会发生

低钠血症、低钾血症或急性肾损伤，而使用其他降压药物者仅 6%。100 个应用噻嗪类利尿剂的老年人中，就有 3.8 人因不良反应至急诊科就诊，不使用者有 2 人至急诊就诊。

“该研究真实地反映了实际，并量化了其潜在风险。说明不良反应在老年患者中较为常见，对于新近使用噻嗪类利尿剂

的老年人应在用药前后加强实验室监测。”研究者指出。但在该研究中，仅 42% 的患者在用药 3 个月内接受了实验室检查。

该研究观察了 2000 多例 65 岁以上老年高血压患者。低钠血症定义为血钠 <135 mmol/L，低钾血症定义为血钾 <3.5 mmol/L，急性肾损伤定义为估算肾小球滤过率下降超过 25%。

APOC3 基因突变与冠心病风险降低有关

近期发表的两项研究显示，导致 APOC3 基因功能减弱的突变与低甘油三酯水平及缺血性心血管疾病、冠心病风险降低相关。（N Engl J Med. 2014 年 6 月 18 日在线版）

第一项研究显示，

携带该基因 4 个突变中至少 1 个的个体，冠心病风险降低 40%。另一项研究发现，该基因突变携带者的缺血性心血管疾病（HR=0.59）和缺血性心脏病（HR=0.64）风险降低。这两项研究均显示，

APOC3 基因突变与甘油三酯水平显著降低相关。

最近有一种新型药物已被证明可降低小鼠、非人灵长类动物和健康人类的 APOC3 和甘油三酯水平。新研究数据为这样治疗策略提供了信心。

减少盐摄入量：停止争论 付诸实施



欧洲高血压学会和国际高血压学会 2014 联合会议膳食盐与高血压论坛传递了一项重要信息：

关于膳食盐是否为心血管病病因并不存在真正的“争辩”，医生要在教育公众、支持高品质科学、倡议降低盐摄入量中发挥更为积极的作用。（源自 medscape 网站）

加拿大 Norn Campbell、英国 Graham MacGregor 指出，任何有关膳食盐是否是心脏病和卒中原因的

“争议”都是研究方法学薄弱或商业干预的结果。Campbell 坦言，大部分减少膳食盐的工作并不是基于多项随机试验数据，因此争议广泛存在。

世界高血压联盟最近呼吁制定膳食盐相关研究标准，以尽量避免低质量研究的开展、出版乃至进入公众视野。

内分泌

老年人味蕾减少 空腹血糖增高

2014 年国际内分泌学会和美国内分泌学会联合会议公布的一项研究显示，随着年龄增长，舌头上味蕾的数量会减少，而味蕾的减少可能导致空腹血糖（FPG）的增加。（源自 medscape 网站）

美国马里兰国家老化研究所 Chee W. Chia 指出，我们发现舌头上味蕾的数量与年龄和身体处理



糖类摄入的功能有关。反过来，或许可部分解释老年人 2 型糖尿病事件的增加。1995 年，1%（260 万）的美国人患 2 型糖尿病，2012 年这一数字增至 9.3%（2800 万），其中 1/4 为 65 岁以上的老年人。

研究纳入 353 例成年受试者，持续观察其体质指数（BMI）、FPG 和味蕾数量（这一观察从 2011 开始至今），校正性别和 BMI 后发现，菌状乳头密度与年龄、菌状乳头密度与 FPG 呈负相关。

该结果也支持了某些假说，在年龄增长过程中，味蕾或具有处理人体糖类摄入的作用。

糖尿病患者也能当运动员

糖尿病并不一定成为运动员职业生涯的阻碍，只要进行合理管理。（Lancet Diabetes Endocrinol. 2014 年 6 月 13 日在线版）

美国运动医学 Sheri Colberg-Ochs 教授介绍，“许多 1 型糖尿病运动员能够完成持久性运动项目训练，并顺利完成比赛。”但对于短暂爆发性竞技运动，情况却大不相同。“高

强度运动导致血糖升高激素大量释放，使血糖水平升高。”

因此，合并糖尿病的运动员应保持警惕。“及时发现血糖降低非常困难，因此必须做好充分准备。通过合理饮食，使身边的人知道自己患有糖尿病，熟悉症状表现等，来应对血糖突然升高或降低。”职业单板滑雪运动员 Chris Southwell 表示。



肥胖孕妇：早期强化干预可限重

首都医科大学附属北京妇产医院李光辉教授在 2014 年国际内分泌学会与美国内分泌学会联合会议上报告的一项研究显示，与接受标准产前护理的肥胖孕妇相比，在妊娠早期坚持强化营养与运动计划的肥胖女性，妊娠期间体重增加得更少、妊娠并发症发生率更低。（源自 medscape 网站）

该研究纳入妊娠 6~12 周女性，给予标准护理（72 例）或强化干预（141 例）。结果显示，强化干预组中仅 68 例依从于干预计划。整个妊娠期，依从女性的体重平均增加 10.8 kg，而不依从女性和标准护理组女性的体重平均增加 14.1 kg。此外，依从女性的轻度先兆子痫（依从、不依从和标准护理女性分别为 0、2.7% 和 6.7%）和大于胎龄儿（分别为 10.3%、32.9% 和 25.0%）发生率显著降低。

李教授认为，医疗保健提供者应对肥胖孕妇尽早提供强化干预计划，而且要尽量制定切实可行的策略以改善其依从性。

编译 许奉彦 牛艳红 董杰

新闻速递

9000 万焦虑抑郁患者 97% 未接受正规药物治疗

本报讯（记者 牛艳红）6 月 20 日，在北京举办的“阳光心灵”关爱健康大讲堂上，北京回龙观医院杨甫德教授介绍，我

国焦虑抑郁患者目前已超过 9000 万人，而综合医院对抑郁症的识别率不足 20%。此外，仅不到 3% 接受正规药物治疗。

杨教授指出，当前患者对焦虑抑郁存在很多认知误区：不愿意服药，担心药物治疗导致反应迟钝或成瘾等；不正规服药；

认为服药后效果应“立竿见影”等。他推荐，怀疑抑郁时，可采用 PHQ-9/GAD-7/PHQ-1 自测量表，快速识别情绪问题。

北京大学精神卫生研究所姚贵忠教授强调平衡对防止抑郁至关重要，并指出内心强大是防止失衡的根本。