

美更新自发性颅内出血管理指南

推荐应在 ICH 起病后立即控制血压，预防 ICH 复发

近日，美国心脏学会 / 美国卒中协会（AHA/ASA）联合发布了自发性颅内出血（ICH）管理指南，对 2010 年版指南进行了更新。（Stroke.2015 年 5 月 28 日在线版）

新指南关注主题包括诊断、凝血障碍处理和血压管理、继发性颅脑损伤和颅内压升高的预防和控制、手术的作用、转归预测、康复、二级预防以及对未来的考量。

指南整合了新的 III 期临床试验结果，在 I 类推荐中，对急诊诊断与评估首次推荐基线严重度评分应作为 ICH 患者初始评估



的一部分；在并发症管理中，推荐开始经口进食之前，所有患者均应接受正式的吞咽困难筛查，以降低肺炎风险；推荐控制血压的措施应在 ICH 起病后

立即实施，预防 ICH 复发。指南在出血和凝血障碍 / 抗血小板药物及 DVT 预防、血压、总体监测和护理、血糖管理、复发性 ICH 预防、康复和痊愈部

分均有所更新。推荐 ICH 患者应在入院当天即接受间歇充气加压治疗，以预防静脉血栓栓塞；就诊时收缩压为 150~220 mmHg 且无急性降压禁忌证的 ICH 患者，将收缩压迅速降至 140 mmHg 是安全的，且可有效改善患者功能转归；ICH 患者的初始监测和管理应在 ICU 或卒中专门病房中由富有急救经验的神经专科医生和护士实施；应监测血糖，无论高血糖还是低血糖均应避免；所有 ICH 患者均应控制血压；考虑到疾病潜在的严重性和残疾进展的复杂模式，以及不断增加的有效性证

据，目前推荐所有 ICH 患者均应接受多学科康复。

指南仍推荐快速行 CT 或 MRI 检查，以区分缺血性卒中和 ICH；对严重凝血因子缺乏或严重血小板减少的患者，推荐接受适宜的凝血因子替代治疗或血小板输注；因维生素 K 拮抗剂而导致 INR 升高的 ICH 患者应停用维生素 K 拮抗剂，接受相应治疗替代维生素 K 依赖性因子并纠正 INR，同时静脉注射维生素 K；神经系统表现恶化、脑干受压和（或）脑室阻塞导致脑积水的小脑出血患者，应尽快接受手术治疗移除出血。



● 儿科

母乳喂养降低儿童期白血病风险

以色列一项研究显示，相比于母乳喂养时间较少或完全未母乳喂养者，母乳喂养至少 6 个月的婴儿，儿童期白血病风险较低。（JAMA Pediatr.2015,169:e151025）

该研究分析了 1960~2014 年 18 项对照研究。结果显示，相比于母乳喂养时间较少或无母乳喂养者，母乳喂养至少 6 个月可降低儿童白血病风险 19%。另一项对 15 项从未母乳喂养研究的 Meta 分析显示，曾接受母乳喂养的儿童，白血病风险降低 11%。

研究者表示，基于当前的 Meta 分析，14%~19% 儿童白血病可通过母乳喂养 6 个月来预防，这是一种易获得且花费低的公共卫生措施。

对于可能的机制，研究者假设，通过母乳转移的免疫系统组分（包括自然杀伤细胞和干细胞）可能预防白血病发生。很多白血病都发生于儿童早期，发生感染时更易患病，且一些癌症的病毒病原学支持免疫保护假设。母乳喂养 6 个月以上和白血病风险之间呈反向关系的另一种解释可能是母乳和婴儿食品的儿童微生物组不同。

● 肿瘤

磁共振成像约漏诊 1/6 前列腺癌

美国泌尿学会年会上报告的一项研究显示，多参数磁共振成像（mpMRI）并不能作为患者前列腺抗原 PSA 升高后检测前列腺癌的唯一手段。（Medscape 网站）

研究纳入 1044 例 PSA 升高的男性患者，对 241 例初始 mpMRI 未提示疑似病变的男性进行超声引导下针刺活检发现，75 例患者（31%）Gleason 评分 ≥ 6 或低分化前列腺癌。

总体分析显示，尽管初始 mpMRI 结果阴性，依然有 47% 的患者诊断

为前列腺癌。这意味着仅 53% 患者属于真正的阴性。而对高分化癌症（Gleason 评分 ≥ 7 ），mpMRI 真正阴性率为 84%。

“这种费用昂贵的检查技术对高分化癌症漏诊率达 16%。因此，PSA 升高的男性，即便 mpMRI 提示正常，仍应考虑前列腺活检。”研究者表示。

芝加哥大学 Scott Eggener 观察到，在诊断格里森评分 7 分及以上时，MRI 是非常有用的，且比针刺活检更加精确。“针刺活检的前列腺癌漏诊率约为 15%~20%。”

● 睡眠

晚上少吃食物可减少睡眠不足所致影响

在今年联合专业睡眠协会年会上，美国一项研究提示，对睡眠不足的“夜猫子”，减少深夜食物摄入量可帮助减少睡眠不足引起的高警觉性问题。（Medscape 网站）

该研究纳入 44 例 21~50 岁健康成人，白天不限量供应参与者食物和饮料，但在未来的 3 个晚上都只允许睡 4 h。第四天晚上，20 例参与者仍被持续给予食物和饮料，另外 24 人在晚上 10 点到凌晨 4 点只允许喝水。每日凌晨 2 点，所有参与者将完成各种测试来衡量其



工作、记忆、认知能力、嗜睡情况、压力与情绪。

结果显示，在第四天晚上禁食组行为反应时间和有失误率明显小于进食组。此外，进食组在第四天晚上睡眠不足时，与前 3 晚相比，反应时间更长，注意力

缺失情况更严重，而禁食者并没有显示出这种性能衰退情况。

“该研究表明，短期深夜禁食，可减弱睡眠不足造成的神经性能衰减与警惕性过高，但仍需更多研究证实。”研究者表示。

● 图片新闻



6 月 9 日，“中国健康知识传播激励计划（胆固醇管理·2015）”在京启动。2015 年，为进一步提升公众对动脉粥样硬化危害性的重视，“中国健康知识传播激励计划”将“对抗动脉粥样硬化”纳入到今年的项目传播主题中。国家心血管病中心办公室陈伟伟教授，北京大学第三医院樊东升教授，北京大学第一医院马为等专家及健康知识宣传员白岩松参与活动，共同呼吁公众提高对血管健康的重视程度，有效管理胆固醇，对抗动脉粥样硬化！

图 / 文 赵佩

● 妇科

补充钙和维生素 D 未改善女性更年期症状

波兰一项研究显示，补充钙和维生素 D 未改善更年期女性血管舒缩性、情绪或睡眠症状。（Maturitas.2015 年 6 月 1 日在线版）

该研究纳入 90 年代中期至 2005 年 40 个临床衷心的 34 157 例 50~79 岁具有多个更年期症状（如潮热、情绪波动大，疲劳和睡眠障碍）的女性，17 101 例每日补充维生素 D 和钙，17 056 例

服用安慰剂，平均 5.7 年。结果显示，与服用安慰剂女性相比，补充维生素 D 和钙的女性症状数量并未改变。

“尽管已有钙补充剂可能与潮热有关的证据，但我们认为，维生素 D 带来的潜在有利因素将超过钙带来的潜在负面影响。”作者表示，“我们不建议更年期女性应服用钙和维生素 D，以改善血管舒缩性，情绪或睡眠不良。

本版编译 袁佳

中国卒中协会第一届学术年会暨天坛国际脑血管病会议 2015
 15th Annual Scientific Meeting of Chinese Stroke Association, TISC 2015
 June 26-28, 2015
 www.tisc2015.com

天坛会历经 14 年的成长，至今已成为我国乃至世界脑血管病领域具有重要影响力的学术大会。2015 年 6 月 26 日~28 日，今年 1 月成立的我国首个国家级脑血管疾病学术组织——中国卒中协会将携手天坛会，在北京国家会议中心召开“中国卒中协会第一届学术年会暨天坛国际脑血管病会议 2015”。

本次大会除了传统学术分论坛，会上将宣布成立中国卒中协会脑血流与代谢分会、神经介入分会、转化医学分会、遗传分会、质量控制分会 5 大分会，并将公布中国脑血管病最新流行病学数据，值得期待。

详情请登录：www.T-ISC.com
 联系方式：010-56831815 vip@mediwelcome.com