

中国慢性病前瞻性研究显示

不同地区体力活动差异大 但总体较低

中国医学科学院李立明教授等对中国慢性病前瞻性研究（CKB）中，哈尔滨、青岛、苏州等10个项目地区数据的分析发现，人群的体力活动特征和休闲静坐时间存在明显的地区差异。（《中华流行病学杂志》2015;8:779）

研究者表示，地区差异主要体现在两个方面：一是城乡差异，主要源自职业行为的差异，从而体现为总体体力活动水平和体力活动类型、强度上的差异；二是具体各个项目地区的差异。

具体而言，男性总体体力活动水平（22.9 MET-h/d）高于女性（20.6 MET-h/d），休闲静坐时

间（3.1 h/d）多于女性（2.9 h/d，图1）。

浙江项目点个体每天总体体力活动水平最高（男31.3 MET-h/d，女30.2 MET-h/d）且静坐时间最少（男2.0 h/d，女1.6 h/d）。工作相关活动所占比例，男性以浙江（86.5%）和河南（85.2%）项目点最高，海口（69.4%）最低；女性以浙江（74.8%）最高，河南（40.9%）最低。甘肃项目点（男17.8%，女18.1%）交通活动所占比例明显高于其他地区。

家务活动所占比例，男性以湖南项目点（18.0%）最高，女性以河南（54.0%）和湖南（39.1%）最高。

城市项目点的休闲

相关活动所占比例高于农村，其中柳州（男9.5%，女10.4%）最高。甘肃（男36.8%，女29.8%）、四川（男34.1%，女33.8%）和浙江（男20.0%，女19.2%）3个农村项目点的高强度活

动所占比例明显高于其他项目点。

研究者指出，目前国外通用的关于体力活动的推荐标准都是针对休闲相关体力活动。例如，WHO和美国《2008年体力活动

指南》推荐成人每周至少参与150 min的中等强度体力活动，按中等强度4 MET赋值转换，即对应数值约为1.4 MET-h/d的休闲相关体力活动水平。

按此标准，82.7%的

CKB项目人群的休闲相关体力活动水平不足，其中，城市人群约为2/3，农村人群超过90%。总体而言，大部分地区人群存在体力活动水平低、静坐时间长的

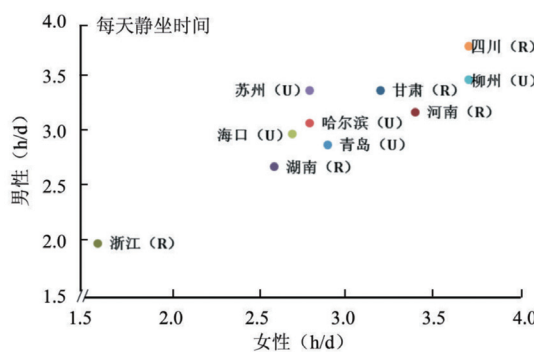


图1 10个项目地区不同性别人群每天总体体力活动水平及静坐时间
 注：U为城市项目点；R为农村项目点

风湿免疫

食用番茄可引起痛风发作



新西兰奥塔哥大学一项研究表明，经常吃番茄可能会引起痛风发作。（BMC Musculoskelet Disord. 2015年8月19日在线版）

研究者调查2051例痛风患者，71%的患者表示，至少有1种食物会引起痛风发作。而在这些患者中，有20%指出番茄是其中之一。研究者表示，番茄是继海鲜、酒精、红肉之后，经常被患者提及的另一种诱发痛风食物。

此外，研究还分析了3项研究中12720名男性及女性数据，发现番茄的摄入与血液中尿酸的水平较高有关，而尿酸升高正是引起痛风的主要原因。

结果表明，与常见可引起痛风发作的食物一样，番茄可改变机体血液中的尿酸水平。不过，研究者也强调，想要预防痛风发作，最重要的是要在医师指导之下服用药物，以降低尿酸浓度。对于曾吃番茄导致痛风复发的患者来说，避免食用番茄可有助于减少痛风发作。

本版编译 牛艳红

神经

中国卒中登记研究

LDL-C 极低急性卒中者服用他汀也有获益

郑州大学第一附属医院郑波和首都医科大学附属北京天坛医院王拥军教授等联合开展的一项研究表明，急性卒中患者即便入院时低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）处于极低水平（1.81 mmol/L以下），住院期间服用他汀类药物也能降低死亡风险。（J Stroke Cerebrovasc Dis. 2015年8月21日在线版）

根据住院期间服用他汀类药物的情况，研究者

将中国国家卒中登记研究中的1018例急性卒中患者分为他汀组和非他汀组。结果显示，随访1年内，他汀组患者的死亡率明显低于非他汀组：3个月时两组分别为3.6%和13.7%，6个月时分别为6.2%和16.9%，1年时分别为8.4%和20%。

Logistic回归分析表明，住院期间服用他汀与死亡率降低独立相关。服用他汀的患者3、6、12

个月时死亡风险依次降低65%、58%和53%。

在该研究，所有患者随访3、6、12个月的累计死亡率依次为10.1%、13.1%和15.9%。

中国最新的急性期缺血性卒中诊治指南并未建议所有急性卒中患者服用他汀类药物，仅在“神经保护治疗”章节中指出“缺血性卒中起病前已服用他汀的患者，可继续使用他汀（II，B）”。

妊娠女性严重头痛或预示先兆子痫

一项最新研究显示，急性严重头痛是妊娠女性的一个“危险信号”，特别是当患者有高血压、且无头痛病史时，其可能存在先兆子痫或其他妊娠并发症的风险，因此需要神经影像学检查和监测。（Neurology. 2015年8月19日在线版）

研究者分析了5年间在Weiler医院神经科就诊的每位伴有头痛的140例妊娠女性。

大多数女性（65%）有原发性头痛，其中91%有继发性头痛。在35%继发性头痛患者中，约半数（51%）被诊断为妊娠高血压，其



中近39%患先兆子痫。

研究提示，妊娠女性存在继发性头痛的最有力指标是高血压。与头痛但无高血压的妊娠女性相比，伴头痛和高血压的妊娠女性中，头痛由其他原因导

致的可能性是前者的17倍。“其中大多数患者血压升高由先兆子痫所致。”

此外，无头痛病史也需关注，此类患者为继发性头痛的可能性增加5倍。

儿科

心搏骤停住院患儿

肾上腺素应尽早用

近期一项研究表明，对不可除颤的院内心搏骤停患儿而言，肾上腺素应用延误降低了患儿出院生存率、恢复自主循环可能性、24 h生存率及恢复神经功能前提下的出院生存率。

研究入选1558例接受肾上腺素治疗的不可除颤院内心搏骤停患儿，结果发现，共计487例（31.3%）患者生存至出院。患儿首次应用肾上腺素的平均时间为1 min，且时间越长，患者出院生存率、恢复自主

循环可能性、24 h生存率及恢复神经功能前提下的出院生存率均越低。与首次应用肾上腺素≤5 min者相比，>5 min者的出院时生存率更低（21.0%与33.1%）。

研究者认为，其结果可能并不适用于可除颤的心搏患儿及院外心搏骤停患儿。哈佛大学医学院Robert C. Tasker则强调，该研究为临床中应遵循美国指南推荐的在心搏骤停5 min内尽快应用肾上腺素提供了佐证。

业内新闻

电子版《默沙东诊疗手册》在医纬达“首秀”

一项调研数据显示，中国近七成医生首选通过网络或者移动设备等数字化渠道来获取相关的医疗信息，医疗动态及疾病防治知识是医生最感兴趣的线上内容。

为方便专业医护人员获得有效、可信医学信息，8月31日，默沙东中国宣布：正式推出新版《默沙东诊疗手册》（第19版）的中文电子版。即日起，执业医师、

药师、专业医学人士等可在专业医讯网站“医纬达”通过电脑及移动端免费阅读、查询，便捷获取最新前沿的医学资讯。

“在平台上推出免费《默沙东诊疗手册》电子版，再次体现了默沙东长期致力于专业医护人员提供中立、可信医学信息的承诺。”默沙东中国区总裁荣科瑞表示。