

● 神经

许顶立：工作压力大 可增卒中风险

近日，南方医科大学附属南方医院许顶立教授等进行的一项 Meta 分析提示，比起工作压力小的人群（如自然科学家和建筑师），工作压力大的人群（如护士和服务员）卒中风险增加 22%，其中缺血性卒中风险更明显，增加 58%。（Neurology. 2015 年 10 月 14 日在线版）

而且，工作压力大的女性发生卒中的风险更高，比压力较小的女性高 33%。

而从事被动性工作（门卫、矿工和其他体力劳动者等）和主动性工作（医生、教师和工程师等）者的卒中风险并未增加。

该研究分析了 6 项研究中的 138 782 例受试者，随访 3~17 年。

根据研究对象对工作的掌控程度、努力程度及心理要求等因素，研究者将工作分为四类：心理要求低同时对其控制力较低的工作为被动性工作；心理要求低而对其控制力较高的工作为压力小的工作；心理要求高而对其控制力较低的工作为压力大的工作；心理要求高同时对其控制力较高的工作为主动性工作。



甲亢或可增加女性痴呆风险

荷兰学者在第 15 届国际甲状腺大会和第 85 届美国甲状腺协会年会上公布的一项研究发现，女性痴呆风险增加与游离甲状腺素增高相关，即使激素水平仍在正常范围；但在男性中未发现风险增加。（Healio 网站）

研究人员发现，促甲状腺激素水平较高女性的 10 年痴呆绝对风险从 6% 降至约 3%。

相反，游离 T<sub>4</sub> 水平较高与痴呆风险较高显著相关（HR=1.04）。研究显示，年龄较大者大脑实质体积减小（不包括海马体积）与游离 T<sub>4</sub> 水平增高相关。

该研究纳入 9495 例受试者，平均随访 7.8 年。

编译 牛艳红 赵佩

# 全球青少年健康保健新标准发布

号召为青少年提供信息、咨询、诊断、治疗和护理综合服务

近日，WHO 和联合国艾滋病规划署发布青少年质量卫生保健服务全球标准，旨在帮助各国改善青少年健康保健质量。（WHO 官网）

现有医疗服务往往不能为全球青少年（10~19 岁）提供良好的健康保健。许多遭受心理健康障碍、药物滥用、营养不良、故意伤害和慢性病的青少年，未获得关键的预防和治疗服务。然而，很多对健康产生终生影响的行为开始于青春期。

“这些标准提供了简单而强大的措施，无论国家穷富，均可立即采取这些措施来改善青少年的健康和生活。”WHO 孕产妇、儿童和青少年卫生司司长 Anthony Costello 指出。

青少年是一个特殊的群体

青少年是一个特殊的

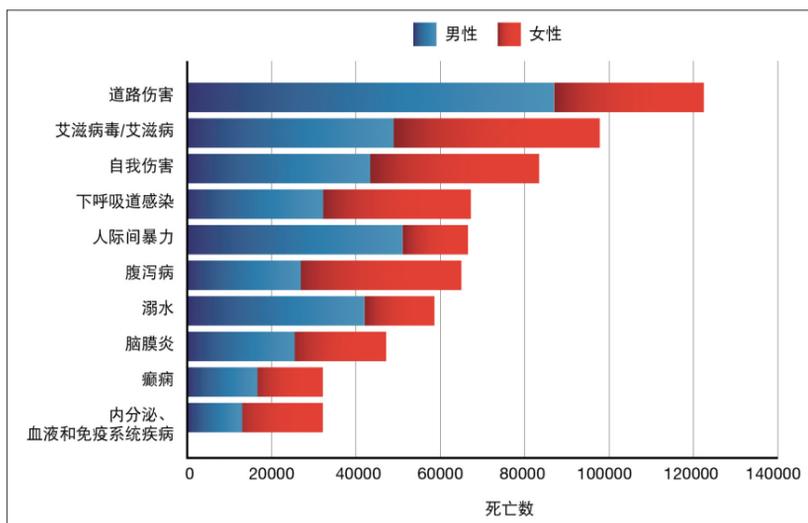


图 1 全球男女青少年的 10 大主要死因

群体，其身心快速发展，但往往依赖于父母或监护人。该全球标准旨在使医疗服务更加“对青少年有益”，提供免费或低费用的咨询，以及准确的、年龄适当的医疗健康信息。全球标准强调，要保证青少年能够获得服务，

而不必预约或父母同意，使其意识到任何咨询都会得到保密，确信其不会受到歧视。

“如果想保持青少年健康，必须尊重他们。”Costello 说，“青少年非常容易出现某些健康问题。其前三位死因分

别是道路交通伤害、艾滋病相关疾病和自杀（图 1）。

青春期不仅是人类生命周期中易受某些健康问题伤害的时期，这也是一些关键行为成形的时期，对其未来健康有重要影响。

“所以很多影响我们余生的行为，健康或

不健康，都开始于青春期。”Costello 补充说，“卫生部门不能置身事外，告诉人们之所以生病是因为其吸烟、喝酒以及对饮食和运动的态度不正确，这对于帮助青少年改变健康习惯无济于事。”

医疗工作者培训至关重要

WHO 青少年健康专家 Valentina Baltag 指出，“在有些国家，青少年占总人口的五分之一。然而，大多数医护人员对青少年在医疗保健方面的需求知之甚少，这是不可接受的。”

该全球标准号召，要为青少年提供信息、咨询、诊断、治疗和护理综合服务，而非传统上仅关注性和生殖健康。

此外，全球标准指出，青少年应切实参与医疗服务的计划、监测及相关反馈，参与自身诊疗相关决定。

● 内分泌

## 青少年糖尿病患者中常见抑郁症状

美国学者研究发现，在患有 1 型或 2 型糖尿病的青少年人群中，抑郁症状十分常见，但诊断率和治疗率却很低。（Diabetes Care. 2015 年 10 月 12 日在线版）

研究显示，1 型糖尿病患者中抑郁症状的发生率为 13%，2 型糖尿病患者中为 22%，约是前者的 2 倍。

研究者未发现抑郁症状与年龄、糖尿病史、性别、种族或父母文化程度的相关性。但 1 型糖尿病患者中，

抑郁症状与肥胖和家庭收入低相关。

根据既往病例记录，35 例伴有抑郁症状的 1 型糖尿病患者中，有 5 例诊断为抑郁症；75 例伴有抑郁症状的 2 型糖尿病患者中，有 11 例诊断为抑郁症。

相反的是，先前诊断为抑郁症的 3 例 1 型糖尿病患者与 8 例 2 型糖尿病患者，儿童抑郁量表检查



未发现抑郁症状。

研究者认为，有必要对青少年糖尿病患者进行定期抑郁症状和抑郁症检查，并在需要时采取恰当的治疗。

● 感染

## 移除手套或医用外衣时

### 近半数医疗人员自身皮肤或衣服受污染

医务人员在移除个人防护设备时，皮肤、衣服上沾染的污染物会导致病原体传播以及感染风险增加。然而，美国学者研究

发现，医务人员在移除手套或医用外衣时，自身皮肤和衣服经常会受到污染。（JAMA Intern Med. 2015 年 10 月 12 日在线版）

在 435 次手套和医用外衣的模拟移除试验中，有 200（46.0%）次

荧光乳液提示皮肤或衣物污染，而且参与研究的 4 家医院的污染情况相当（42.5%~50.3%）。

移除污染的手套比医用外衣污染率更高（52.9% 与 37.8%），存在技术失误者中污染率更高（70.3% 与 30.0%）。

在移除受污染手套的模拟试验过程中，医护人员皮肤发生荧光乳液和 MS2 噬菌体污染率相似

（58.0% 与 52.0%）。

不过，通过教育干预，如在实践中随时能看到自身污染情况，可有效减少医务人员的自我污染情况。

研究显示，干预人群的污染情况显著好转（干预前为 60.0%；干预后为 18.9%），且干预 1 个月和 3 个月，干预效果依旧存在，两个时间点的污染率均为 12.0%。由此可见，干预效果十分显著。

● 外科

## 减重术后患者自残风险增加

加拿大学者研究显示，减重术后患者发生自残事件的风险增加。（JAMA Surg. 2015,7:1）

随访期间，共 111 例患者有过自残行为，次数为 158 次。与术前相比（2.33/千人年），患者接受胃旁路术后自残事件显著升高（3.63/千人年），风险增加 54%。

≥ 35 岁者、经济收入较低者及生活在农村者术后自残的风险分别增加 76%、109% 和 549%。最常见的自残方式



是故意过量服用药物。

不过值得注意的是，147 例自残事件发生在术前 5 年诊断为精神健康障碍的患者中。

● 图片新闻



10 月 16 日，在“国际骨质疏松日”到来之际，中国健康知识传播激励计划（骨质疏松防治）——“骨”动中国健骨操创意大赛在京举行决赛。该大赛旨在唤起公众对骨质疏松的重视，15 支中老年“大妈”战队参加角逐。中国国家女排主教练、骨质疏松防治宣传员郎平呼吁“中国大妈要做‘硬骨头’”。