

中国慢性病前瞻性研究 50 万人群调查结果公布 我国 1/3 成人患高血压

近日，中国医学科学院李立明教授等进行的“中国慢性病前瞻性研究（CKB）”项目发现，我国成人中约 1/3 患有高血压，且高血压诊断率、治疗率和控制率远低于西方国家，显著增加死亡风险。（JAMA Intern Med. 2016 年 3 月 14 日在线版）

研究显示，总体上，32.5% 参与者患有高血压。高血压患病率随着年龄而增加，35~39 岁和 70~74 岁人群患病率分别为 12.6%、58.4%（图 1），且不同地区间高血压患病率存在较大差异。

在接受治疗的患者中，46.4% 接受了治疗；在接受治疗的患者中，29.6% 血压得到控制。因此，在患有高血压的人群中，30.5% 得到医生的诊断；在诊断为高血压的患

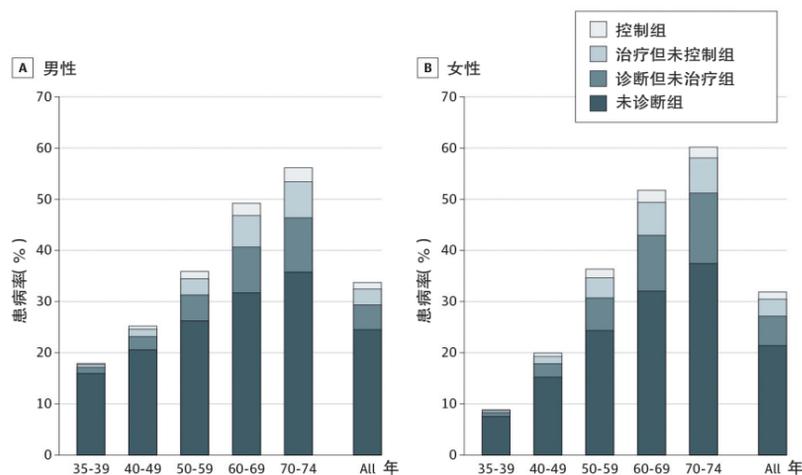


图 1 我国不同性别和年龄人群中高血压患病率

者中，46.4% 接受了治疗；在接受治疗的患者中，29.6% 血压得到控制。因此，在患有高血压的人群中，30.5% 得到医生的诊断；在诊断为高血压的患

者中，46.4% 接受了治疗；在接受治疗的患者中，29.6% 血压得到控制。因此，在患有高血压的人群中，30.5% 得到医生的诊断；在诊断为高血压的患

者中，46.4% 接受了治疗；在接受治疗的患者中，29.6% 血压得到控制。因此，在患有高血压的人群中，30.5% 得到医生的诊断；在诊断为高血压的患

4.1、2.6 和 1.9。2010 年，35~79 岁人群中约 1/3（近 75 万）死于心血管病。

研究者指出，2013 年，世界卫生大会提出将包括高血压在内的慢性病患病率降低 25% 的目标。要实现这一目标，在基层医疗机构检测并充分治疗高血压至关重要，并且要在人群层面上采取公共健康措施，改善高血压的主要决定因素，包括盐摄入量、饮酒、肥胖和家庭供暖不佳等。

该研究共纳入 500 223 例 35~74 岁成人。在 2004 年 6 月 25 日至 2009 年 8 月 5 日的基线调查中对参与者的血压进行了测量。截至 2014 年 1 月 1 日共有 7028 人死于心血管病。

太极等传统锻炼改善心血管健康

近日，上海体育大学研究者进行一项 Meta 分析证实，太极、气功和八段锦等中国传统的健身方式能让心血管病患者获益。（J Am Heart Assoc. 2016,5:e002562）

研究发现，在心血管病患者中，传统的健身方式可使收缩压降低 9.12 mmHg，舒张压降低 5 mmHg；甘油三酯水平降低 0.33 mmol/L。

作者认为，太极、气功和八段锦并不是单纯的运动，而是一种心-身运动，不但关注姿势，也重视调节呼吸和冥想。既往研究已证明，太极对有心血管病的人有益。

该分析纳入 35 项研究，涉及 10 个国家的 2249 例参与者的相关研究数据。



狂喜也可诱发心碎综合征

近期研究发现，人在极度高兴时，也可发生心碎综合征。（Eur Heart J. 2016 年 3 月 2 日在线版）

心碎综合征也被称为“章鱼壶综合征”，最早由日本学者描述，常指人因失去亲人等重大事件打击而极度哀伤，出现胸痛和呼吸困难，心脏检查则可见类似“章鱼壶（日本古代捕鱼工具）”样改变。

该研究共分析了 9 个国家 1750 例章鱼壶综合征患者。其中 20 例发病属于乐极生悲。他们在生日聚会、婚礼、庆典、家中添丁，或是最喜欢的橄榄球队赢了比赛时发病。不过绝大多数（465 例）在极度悲伤时发病。

研究发现，女士们更易被情感所累，95% 的患者为绝经后女性。

研究者表示，虽然仍不清楚为什么受影响的主要是女性，但荷尔蒙水平可能对这种疾病的机制有一定作用。

本版编译 牛艳红

糖尿病降压目标或应取决于基线血压

瑞典学者研究发现，降压治疗对于大多数血压 >140 mmHg 的糖尿病患者至关重要，然而，对于收缩压 <140 mmHg 者，降压治疗可能增加心血管死亡风险。（BMJ. 2016,352:i717）

研究者表示，该结果提示糖尿病患者强化降压或具有潜在风险，希望该研究能影响相关指南的制定。

研究显示，若糖尿病患者的基线收缩压 >150 mmHg，降压治疗可降低全因死亡、心血管死亡、心肌梗死、卒中和终末期肾病风险。

若基线收缩压在 140~150 mmHg，进一步降压治疗可降低全因死亡、心肌梗死和心衰风险。

然而，若基线收缩压 <140 mmHg，进一步治疗则可使全因死亡风险小幅增加 15%。

分析表明，基线收缩压较低的糖尿病患者接受降压治疗可对心血管死亡和心肌梗死产生不利影响：收缩压每降低 10 mmHg，可使心血管死亡和心肌梗死风险分别增加 15% 和 12%。

该分析纳入 49 项研究中的 7373 例受试者。

妊娠期高血压疾病预示心肌病风险

一项纳入 100 万例丹麦女性的大型注册研究显示，妊娠期高血压疾病（HDP）无论严重程度如何，均与妊娠后数年的心肌病风险升高相关。（JAMA. 2016,315:1026）

数据显示，所有心肌病事件中有 11% 发生在有 HDP 史的女性。HDP 定义为重度子痫前期、中度

子痫前期或妊娠期高血压。与妊娠期血压正常的女性相比，这三组患者的心肌病发生风险显著升高。

此外，对扩张型心肌病的分析也得出相似结果，提示升高的风险主要来自扩张型心肌病。

不过，研究者指出，虽然心肌病 RR 升高，但绝对风险很小。有 HDP 病史的女性中心肌病的发生率为 14.6~17.3/10 万人年。

研究采用 1978~2012 年丹麦国家患者和出生登记数据库资料，涉及 1075 763 例女性，妊娠 2067 633 次，包括活产或死胎。其中 76 108 例有高血压疾病，1577 例发生心肌病。



PURE 研究：贫穷国家糖尿病患病率最高 传统因素不能解释不同收入国家患病率差异的原因

近日，阜外医院参与的 PURE 研究发现，相较于中、高收入国家，低收入国家（LIC）的糖尿病患病率最高。而糖尿病的传统危险因素并不能充分解释造成这种差异的原因。（Diabetes care. 2015 年 3 月 10 日在线版）

研究显示，校正年龄和性别后，较低收入国家的糖尿病患病率明显较高，其中 LIC、中高收入



国家（UMIC）、中低收入国家（LMIC）和高收入国家（HIC）的患病率分别为 12.3%、11.1%、8.7% 和 6.6%。

在总人群中，糖尿病风险与以下因素有关，包括：年龄增长 5 岁、男性性别、城市居住、低教育水平、低体力活动、糖尿病家族史、高腰臀比（最高四分位与最低四分位组相比）及体质指数（BMI ≥ 35 kg/m² 与 BMI <25 kg/m² 相比）。

在较高收入国家和较低收入国家，糖尿病患病率与 BMI 和糖尿病家族史之间的关联不同。

校正所有危险因素和种族后，糖尿病患者的患病率仍随国家收入水平呈现梯度，LIC、LMIC、UMIC 和 HIC 的患病率分别为 14.0%、10.1%、10.9% 和 5.6%。

研究者表示，这强调了传统危险因素和种族并不能解释 LIC 的高患病率。其他未识别或未测量的环境毒素或因素，如遗传基因、胎儿和早期营养状态、体重波动、代谢因素等，均可能与 LIC 的糖尿病风险升高有关。

该研究纳入包括中国在内的 18 个不同收入水平国家，涉及 119 666 人。

夜间睡眠过长和午睡或增我国中老年人慢病风险

华中科技大学同济医学院学者联合国外学者进行的东风-同济队列研究发现，对于我国中老年人，夜间睡眠时间过长和午睡均可增加新发糖尿病风险，且两者具有叠加作用（Ann Med. 2016,11:1）。

之前对该队列的一项分析也发现，夜间睡眠时间过长和午睡可增加冠心病风险（Sleep. 2015 年 11 月 6 日在线版）。

研究显示，与夜间睡眠 7~8 h 者相比，睡眠时间 ≥ 10 h 者的糖尿病风

险升高 42%，冠心病风险升高 33%。

与不午睡者相比，午睡 > 90 min 者的糖尿病风险增加 28%。与午睡 1~30 min 者相比，午睡 > 90 min 者的冠心病风险增加 25%。

而且，对于夜间睡眠（≥ 10 h）和午睡（> 60 min）时间均较长者，相较于夜间睡眠 7~8 h 且不午睡者，其新发糖尿病风险升高 72%；相较于夜间睡眠 7~8 h 且午睡 1~30 min 者，其新发冠

心病风险升高 67%。

此外，美国学者近日发表的一项研究也得出类似的结论。研究者对 2010 年中国家庭动态跟踪调查中 13 469 例受试者（年龄 > 40 岁）数据的分析发现，日间小睡似乎与我国人群高血压、糖尿病等慢病风险升高有关（Am J Health Behav. 2016,40:182）。

不过，夜间睡眠时间过长和午睡是否为国人慢病风险升高的直接原因仍需进一步阐明。