

赵冬团队在《欧洲心脏杂志》撰文，2007-2012年北京心梗住院率增加50%

2012年住院总费用达6.9亿元，较2007年增加57%

近日，首都医科大学附属北京安贞医院赵冬教授团队在《欧洲心脏杂志》撰文指出，2007-2012年北京地区急性心肌梗死(AMI)住院率大幅上升，并从以ST段抬高型心肌梗死(STEMI)为主开始向以NSTEMI为主转变，正如20世纪90年代西方国家所发生的情况一样。(Eur Heart J. 2016;37:3188)

研究显示，2007-2012年，北京AMI住院率增加49.5% (从80.5/10万至120.4/10万)，年龄标准

化住院率增加31.2% (从55.8/10万至73.3/10万)。值得注意的是，年龄最小(<55岁)组的AMI住院率增加最为明显。

此外，AMI亚型发生率明显改变。2007-2012年，STEMI年龄标准化住院率略有下降(从47.3/10万至40.5/10万)，而NSTEMI住院率增加3倍(从6.8/10万至26.9/10万)。5年间，STEMI与NSTEMI患者数量的比值从6.5:1剧降至1.3:1；而在女性中，NSTEMI的

比例已超过STEMI。

研究者认为，NSTEMI住院率大幅上升由多种原因造成。首先，高敏心肌标志物，特别是肌钙蛋白的使用，使得NSTEMI检出率提高，进而导致住院率升高。其次，人口老龄化及合并症增多也是重要原因。

在预后方面，研究显示，虽然STEMI的院内死亡率高于NSTEMI，但5年间STEMI院内死亡率的下降幅度更明显。此外，由于NSTEMI患者通常年龄更大，心血管合并症更

多，因此长期死亡率更高。

此外，2007-2012年，AMI患者住院时间缩短了0.9 d (从10.6 d至9.7 d)，STEMI和NSTEMI均观察到相似的趋势。

然而，虽然住院时间缩短，但每次住院和总住院费用呈稳步上升趋势。在校正通货膨胀后，每次住院的费用增加3.2%。再加上AMI需多次住院，2012年北京市AMI患者的总住院费用达6.9亿元，校正通货膨胀后，较2007年增加56.8%。



研究采用北京市出院患者信息系统数据，共纳入2007-2012年因AMI住院的77 943例患者。

每天20g坚果能降低多种疾病发生和死亡风险

坚果和花生富含纤维、镁和多不饱和脂肪酸，这些营养成分对于降低心血管病风险有益，并能降低胆固醇水平。近日，英国与挪威学者主导的一项研究发现，吃坚果的好处之大可能远远在我们的意料之外。(BMC Med 12月5日在线版)

研究显示，每天20g，也就是一小把坚果，可以使全因死亡、冠心病、心血管病和所有癌症风险分别降低22%、29%、21%和15%；使呼吸系统疾病风险降低过半，达52%。此外，还能降低糖尿病风险近40%，传染性疾病风险75%。

花生和树坚果都能降低冠心病、心血管病和死亡风险，但卒中风险仅花生能降低，癌症风险仅树坚果能降低。树坚果包括榛子、核桃、腰果、夏威夷果和松子。

研究显示，每天的坚果摄入量为15-20g时，风险降低最多，增加摄入量并未进一步降低风险。因此，研究者建议每天最少吃20g坚果，以保证最大获益。

研究者表示，如果坚果摄入量与这些风险之间是因果关系，则研究所涵盖的区域，包括北美、南美、欧洲、东南亚和西太平洋地区，可能有大约440万例过早死亡归因于每天的坚果摄入量不足20g。



本版编译 牛艳红

新闻速递

首届华夏互联网+高血压峰会在京召开

本报讯(记者 宋菁) 12月11日，首届华夏互联网+高血压峰会暨中国医疗保健国际交流促进会高血压峰会年会在京召开。中国医促会高血压分会主任委员、北京大学人民医院孙宁玲教授介绍，移动设备已进入疾病管理中，而医生却不知如何更好地运用。面对互联网+医疗带来的难题，要不断地理解，

不断地攻克。分会秘书长张宇清教授表示，如何更好地将互联网+运用到高血压管理中，机遇和挑战并存。

“中国高血压控盐达标管理项目(CHSC)”启动是本次会议的亮点之一。该项目的开展有助于提高医生对高血压患者合理膳食、科学血压管理的重视，规范诊断并更好地评估降压疗效。

高血压生活方式改善已提到国家战略

本报讯(记者 董杰) 国家重点研发计划慢性病防控重点专项《肥胖和高血压的生活方式和营养干预技术及策略应用研究》(简称《项目》)已获科技部审批通过。

12月11日，《项目》工作推进会在中国医学科学院阜外医院召开，负责人阜外医院周宪梁教授介绍，《项目》将开展少年/儿童高血压

防治、限盐、代谢综合征、遗传学、以互联网为基础的远程慢病管理5大方面课题，建立中国居民营养和生活方式对高血压和肥胖心血管病危险因素影响的数据库，开展分子生物学、表观及营养基因组等交叉或跨学科研究，研究将为心血管病一级预防提供循证医学证据，意义重大。

慢病防控：县域医疗“大有可为”

12月10日，“慢时代·快行动”县域医院院长论坛在广州召开。针对糖尿病、心血管、泌尿以及呼吸等慢性疾病领域，该项目组织知名专家，通过定期会议、查房指导、规范培训等，在2016年已培训教育3557名医务工作者，覆盖612家基层医疗卫生机构。

据悉，2017年该项目将预计覆盖150家县级医院，1500家基层医疗机构。

国家心血管病中心王文教授表示，“高效利用县域医疗资源，增强基层慢病管理工作是当前慢病防控的重中之重，也是切实缓解农村居民‘看病难、看病贵’问题的关键环节。”(阜外医院 高娟)

浙江大学学者：高镁饮食可降低卒中、糖尿病和心衰风险

浙江大学王福佛教授等进行的一项Meta分析指出，增加饮食镁摄入或有助于减少卒中、心衰、2型糖尿病和全因死亡风险。(BMC Med. 2016, 14:210)

研究者认为，该结果可为增加镁摄入量具有健康保护作用的推论提供了最新的流行病学证据。据2013版

《中国居民膳食参考摄入量》，我国成人膳食镁的推荐摄入量是330mg/d。

分析显示，虽然增加饮食镁摄入(每100mg/d)未显著降低总心血管病(RR=0.99)和冠心病(RR=0.92)风险，但可使心衰风险降低22%，卒中风险降低7%。

而且，镁摄入量每增

加100mg/d还可使2型糖尿病和全因死亡相对风险分别降低19%和10%。

该分析纳入了1999-2015年40项前瞻性队列中逾百万例患者的数据。4~30年随访期间，共发生7678例心血管病、6845例冠心病、701例心衰、14755例卒中、26299例2型糖尿病和10983例死亡。

低血糖显著增加住院患者死亡风险

一项以色列研究显示，伴有低血糖的住院患者的死亡风险明显增加。(J Clin Endocrinol Metab. 11月17日在线版)

结果表明，与不伴低血糖的住院患者相比，伴有自发和胰岛素相关低血糖的住院患者的死亡风险增加2倍，而伴有严

重低血糖的患者死亡风险增加4倍。

住院期间总死亡率为6.3%，非胰岛素治疗的严重低血糖患者住院期间的死亡率最高。

中位随访为1022d，至随访结束时总死亡率为31.9%。死亡率最高仍是非胰岛素治疗的严重低血糖患

者，但胰岛素治疗的严重低血糖患者的死亡率也相当。

此外，住院原因对血糖水平与死亡风险之间的关联没有影响。

研究纳入33675例受试者，其中2947例有低血糖。49%的低血糖患者无既存糖尿病，但67%的严重低血糖患者有既存糖尿病

16% 诊室血压正常者存在隐匿高血压

美国一项研究显示，对于诊室血压正常的健康成人，在日常活动中进行24h动态血压监测可



能发现隐匿性高血压。(Circulation. 12月6日在线版)

研究者认为，医生应意识到，在其他方面均健康的人群中，诊室血压测量结果正常并不能排除高血压。

与白大衣高血压相反，隐匿性高血压在诊室测量的血压正常，而在诊室外血压升高，很容易被

遗漏。以往认为，患者在诊室测量血压时的焦虑情绪可引发白大衣效应，因此动态血压通常低于诊室血压。

而该研究中，根据动态血压监测，15.7%的诊室血压正常者存在隐匿性高血压，且与性别、种族或民族无关。而且，相对于年龄较大、超重者，年龄较小、正常体重者动态

血压高于诊室血压的可能性更高。

研究者表示，该发现冲击了以往动态血压监测值低于诊室血压的认知。动态血压监测在评估健康人群血压中的重要性正在逐渐超越诊室测量。

研究者监测了888例健康在职成年人(平均年龄45岁，59%为女性)的血压情况。