

全球肾脏健康地图公布

慢性肾脏病患者率10%，透析和移植可及性不同国家相差近千倍

近日，在世界肾脏大会上，国际肾脏病学会（ISN）发布了全球肾脏健康地图。报告指出，在一般人群中，有1/3的人慢性肾脏病（CKD）风险升高，全球约10%的人罹患CKD，但90%的人不知道自己患病。而且，发达国家和发展中国家之间的肾病诊疗和预防差异巨大，很多国家对肾脏健康未予以足够重视。（源自Medicalxpress）

研究论文于4月21日在线发表于《美国医学会杂志》，关于解决这些差异的路径同时在线发表于《柳叶刀》。

报告指出，由于肥胖、糖尿病、吸烟和高血压等危险因素持续增长，全球CKD患病率不断升高。

数据显示，不同地区

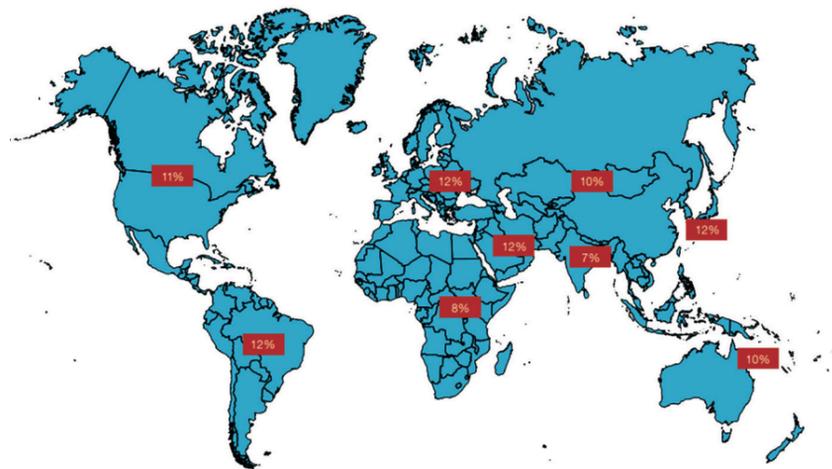


图1 全球慢性肾脏病患者率估算

的CKD患病率差异很大，其中南亚为7%，非洲为8%，北美为11%，欧洲、中东、东亚和拉丁美洲为12%（图1）。2012年CKD流行病学调查显示，中国患病率达10.8%。在高收入国家中，沙特阿拉

伯和比利时地区CKD流行率最高，为24%；美国为14%；挪威和荷兰流行率最低，为5%。

但在很多国家，CKD并不像癌症、心血管病一样受重视，导致了严重不良健康后果以及巨大的晚

期护理花费。全球仅36%的国家将CKD列为健康优先事项，其中高收入和低收入国家分别有29%和59%。

就透析和移植的可及性而言，全球相差将近1000倍：从卢旺达的2.8/百万到日本的2000/百万

不等。在高收入国家，接受透析或移植治疗的患者仅占0.1%~0.2%，但医疗费用却占国家总健康预算的2%~3%。

CKD起病隐匿，因此早期筛查至关重要。然而，仅24%的国家制定积极CKD早筛计划，其中高收入国家较多（32%），低收入国家则只有多哥一个国家。而且，CKD高危种族的筛查率也极低，即使是高收入国家，也只有26%。

此外，除德国和荷兰外，其他所有国家都存在肾内科医疗人员缺乏情况，尤其是非洲地区（约缺90%）。而且，初级医师对肾脏病的认识严重缺乏，即使在高收入国家，2/3的初级医师对肾脏病认识极低或低于正常水平。

过胖和过瘦均致偏头痛

既往研究显示，肥胖与偏头痛风险增加相关。但美国学者进行的一项最新分析显示，体重过轻也是偏头痛的一项重要危险因素。（Neurology.4月12日在线版）

研究者分析了12项研究中的近30万成人数据，结果发现，在年龄和性别校正模型中，与体重正常者相比，肥胖[体质指数（BMI）≥30 kg/m²]、超重（BMI 25~29.9 kg/m²）者的偏头痛风险分别增加27%和8%；体重过轻（BMI < 18.5 kg/m²）者的偏头痛风险升高13%。

多变量模型中，肥胖和体重过轻者的偏头痛风险也较体重正常者显著升高（分别为21%和12%），但超重者偏头痛风险未显著增加。

研究者指出，肥胖和体重过轻均为偏头痛的潜在危险因素，但减重或增重能否降低偏头痛风险仍需更多研究。

早复极增加猝死风险

中山大学附属第一医院邱素华教授等进行的一项Meta分析发现，心电图早复极模式与结构性心脏病患者室性心律失常或心脏性猝死风险显著增加相关。（Heart Rhythm.4月14日在线版）

研究者表示，未来应研究早复极导致心律失常风险的准确机理，并将早复极纳入结构性心脏病患者的危险分层中。

研究显示，与无早复极者相比，存在早期复极的患者发生室性心律失常/心脏性猝死、室颤和心脏性猝死的风险分别升高3.76倍、6.14倍和3.07倍。

进一步分析发现，早复极伴有下壁导联J点抬高、下凹结构、ST段水平或压低，意味着风险更高。

该分析纳入19项观察性研究中的7268例受试者，共报告1127例室性心律失常或心脏性猝死。

本版编译 牛艳红

美睡眠指南建议，13~18岁青少年每天应睡8~10 h 中学生应8:30之后上课

近日，美国睡眠医学会发表声明，建议中学生上课时间不应早于上午8:30。（J Clin Sleep Med. 2017;13:623）

声明建议，13~18岁青少年每日睡眠时间应该在8~10 h。而美国疾控中心数据显示，68.4%的高中生教学日睡眠时间≤7 h。过早的上学时间与青春期昼夜节律生理学相悖，缩短睡眠时间，长期下去会导致慢性睡眠障碍。

而睡眠不足可能导致成绩下降、体重增加、代

谢紊乱和心血管病、抑郁症状增加、自杀意念、冒险行为及运动损伤。

睡眠不足还与交通事故风险增加相关。数据显示，73%的青少年意外伤害死亡由交通事故导致；而延迟1 h上学可以使青少年事故发生率下降16.5%。

美国睡眠医学会也列出了青少年延迟上学的其他益处，包括睡眠更充足、



减少白天嗜睡、积极参与学校活动、减少迟到、减少抑郁症状和烦躁、反应更快。

此外，声明还指出，青少年应避免在睡前或夜间使用电子设备，因为会扰乱睡眠。

失眠增加心脑血管风险

中国医科大学附属第一医院时景璞教授等进行的一项Meta分析发现，失眠与心肌梗死、卒中等心脑血管事件风险增加相关。（Eur J Prev Cardiol. 3月30日在线版）

研究显示，失眠症状中，入睡困难、睡眠维持障碍和日常睡眠晨醒后无恢复感可分别使心脑血管事件风险增加27%、11%和18%。

而且，亚组分析显示，存在这些失眠症状的女性发生心脑血管事件的风险均高于男性。

不过，研究未发现早醒与心脑血管事件风险之间存在显著关联。

研究者表示，睡眠障碍在一般人群中非常普遍，临床风险评估应包括睡眠健康。而且，有必要进行健康教育以提高公众对失眠症状及其潜在风险的认识，并鼓励有睡眠问题的人寻求帮助。

该分析采用来自15个研究的23个队列（160867例）的数据，受试者基线时至少一次自我报告有失眠症状。

齐鲁医院陈玉国称：我国院外心肺复苏实施率仅4.5%

12:1 美中院外心脏骤停生存率悬殊

近日，山东大学齐鲁医院陈玉国教授在JAMA子刊撰文，深入分析了我国心肺复苏术（CPR）培训现状以及未来所面临的问题与挑战。（JAMA Cardiol. 3月15日在线版）

文章指出，我国每年有55万人发生心脏骤停，但院外心脏骤停者的生存率不到1%，远低于美国的12%。

主要原因是我国医院

外旁观者CPR的实施率远远低于欧美国家；而且CPR实施质量堪忧，旁观者CPR的心脏骤停患者的生存率较未实施者并无显著改善。

研究显示，国内大、中型城市中CPR实施率平均仅为4.5%，在北京为11.4%，上海为4.2%，而这一指标，在美国为46.1%，加拿大为29%，瑞典为46%~73%，日本为32.2%，

澳大利亚为21.2%。

除了法律、文化、舆论宣传等因素外，我国公众缺乏CPR相关培训是造成旁观者CPR实施率低的重要原因之一；而一次培训后缺乏定期的技能巩固培训，则是旁观者CPR质量低下的重要原因。

迄今为止，我国所有经历过CPR培训合格的公众仅有1000万，不到全国人口的1%，而美国

这一比例为33%，法国为40%。仅在2012年，美

国便有1310万人接受了CPR培训。

