

瑞典近百万人影响糖尿病因素研究结果发布 对号入座 19种高危因素 15种保护因素

近期，来自瑞典的研究团队通过对近百万人群的全面分析，筛选出34种明确与糖尿病风险相关的因素，包括19种危险因素和15种保护因素，以及额外21种证据等级较弱的“提示性”风险因素。（Diabetologia. 9月8日在线版）

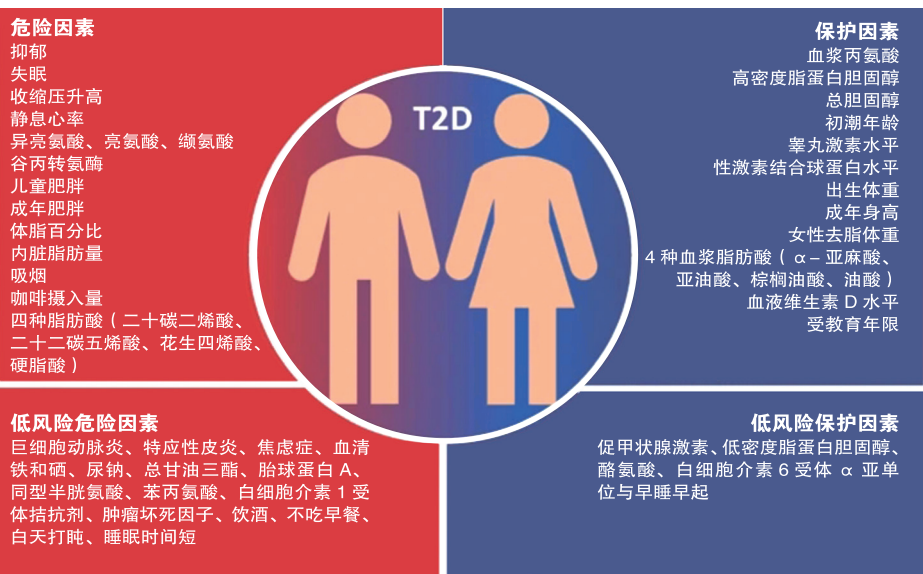
该研究采取了“孟德尔随机化”的方法来确认暴露因素与糖尿病风险的因果关系，以克服观察性研究容易受混淆因素或反向因果干扰的问题。

通过文献回顾，筛选出约170种潜在影响糖尿病风险的因素，其中97种可通过孟德尔随机化来分析。

之后通过糖尿病遗传学领域的DIAGRAM数据库（包含74 124例2型糖尿病和824 006例对照者）对上述97种因素进行了孟德尔随机化分析，并在FinnGen数据库中（包含11 006例2型糖尿病和82 655例对照者）进一步验证。

研究指出，19种危险因素升高糖尿病风险，指标水平越高，糖尿病风险也越高，15种保护因素可降低糖尿病风险，指标水平越高，糖尿病风险越低。

在考虑了成年期BMI的影响后，仍有8种因素与糖尿病风险显著相关：在调整BMI影响后，失



眠症患者2型糖尿病风险增加的程度从17%下降

到7%，这表明失眠对2型糖尿病的风险部分是由

体重介导的。收缩压（风险升高39%）、开始吸烟

（风险升高8%）和肝酶水平升高（风险升高3%）仍然是危险因素；高密度脂蛋白胆固醇（风险降低20%）、总胆固醇（风险降低10%）、睾酮激素水平（风险降低23%）和性激素结合球蛋白水平升高（风险降低45%）是保护因素。

研究团队表示，这项分析验证了此前发现的多种危险因素，并提出了新的潜在危险因素。“整体来看，应当从降低肥胖率和吸烟率，改善心理健康、睡眠质量、教育水平、出生体重等多个方面来考虑2型糖尿病的预防策略。”

强化降压可降体位性低血压风险

美国学者进行的一项Meta分析发现，对于大部分高血压患者，强化降压不仅不增加体位性低血压风险，反而会降低体位性低血压风险。即使是治疗前就存在体位性低血压者，强化降压也不会增加额外风险。（Ann Intern Med. 9月10日在线版）

研究者表示，临床上观察到的低血压、晕厥和跌倒等情况，可能与压力反射敏感性、血管僵硬、心室舒张充盈等血压调节机制尚未适应降压治疗有

关。长期降压治疗已被证明可以改善这些机制，这可能解释了研究中治疗的有益效果。无论是强化降压治疗前还是治疗期间的体位性低血压，都不应作为不接受降压治疗或降低治疗强度的理由。

具体而言，汇总分析结果显示，与常规降压治疗或安慰剂组相比，强化降压治疗组的体位性低血压风险降低7%。

与伴糖尿病患者相比，在无糖尿病患者中，强化降压可更大幅度地降

低体位性低血压风险，OR分别为1.10和0.90。同样，与站立时收缩压≥110 mmHg者相比，站立时收缩压<100 mmHg者接受强化降压治疗的体位性低血压风险更低，OR分别为0.96和0.66。

该分析共纳入来自5项随机试验的18 466人，随访时间为127 998年。其中将体位性低血压定义为：从坐位变换为立位时，收缩压至少降低20 mmHg，舒张压至少降低10 mmHg。

房颤患者运动可显著延长寿命

在2020欧洲心脏病学会（ESC）年会发布的一项研究显示，体力活动和房颤患者的全因死亡、心血管死亡风险呈负相关。

研究者纳入超11 096例房颤患者，78.4%的患者运动，其中32.5%不定期进行运动，21.0%规律进行运动，3.9%进行高强

度运动。分析发现，相比不进行运动的患者，不定期运动、规律运动、和高强度运动者的全因死亡风险分别降低31%、55%、59%。

同样，近期《欧洲心脏杂志》发表的HUNT研究表明，与不运动或每周少于1次的房颤患者相比，每周进行≥150 min

中等强度或≥75 min高强度运动，全因死亡风险降低45%，心血管病风险降低22%，卒中风险降低30%、心血管死亡风险降低46%。（Eur Heart J. 2020, 41:1467）

该研究纳入1117例2006—2008年间确诊房颤的患者，并随访至2015年11月。

饮酒增加肥胖和代谢综合征风险

近日，在欧洲和国际肥胖大会（ECOICO）上发表的一项研究发现，饮酒与肥胖和代谢综合征风险升高有关，而且饮酒量越大，风险越高。（源自EurekAlert）

其中，在男性中，与不饮酒者相比，平均每天饮酒0.5~1杯者，肥胖和代谢综合征风险均升

高10%；每天饮酒1~2杯的受试者，肥胖和代谢综合征风险分别升高22%和25%；每天饮酒超过2杯者，肥胖和代谢综合征风险分别升高34%和42%。

与不饮酒的女性相比，平均每天饮酒0.5~1杯的女性，肥胖风险升高9%，但代谢综合征风险未显著升高。但每天饮酒超过2

杯，与肥胖风险升高22%和代谢综合征风险升高18%有关。

研究者表示，无论男性还是女性，肥胖和代谢综合征风险均会随着饮酒量的增加而上升。

研究中，1杯酒定义为含有14 g酒精，相当于118 ml葡萄酒或1瓶355 ml啤酒。

该研究采用韩国国民健康保险系统（NHIS）数据，共涉及2700万名年龄在20岁以上成年人，其中男性1400多万名，女性1200多万名。



本版编译
融媒体记者 辛迪

《医师报》理事会 邀请函

为贯彻落实十九大和全国卫生与健康大会精神以及《健康中国行动（2019—2030年）》有关要求，发挥《医师报》作为卫生健康领域媒体的舆论引领作用，为建设健康中国打造主流舆论场，2020年，《医师报》积极响应国家政策号召，拓宽服务维度，依托《医师报》及旗下新媒体矩阵，成立医师报理事会。理事会旨在打造卫生健康行业学术交流、咨政建言、聚拢人脉、权威宣介的行业联合体，建立行业共享智库与资源信息库，凝聚行业共识，为理事会卫生健康行业成员单位提供强有力的支持。

欢迎各单位加入医师报理事会，同时推荐主要负责人担任理事会相应职务。

特此函邀！

联系方式：

地址：北京市西城区西直门外大街1号
西环广场A座17-18层

联系人：王凤贺

电话：010-68187721

邮箱：ysblsh@126.com

《医师报》社
二〇二〇

