

1985-2019 年 中国男孩身高增长全球第一

男孩身高增 8 cm, 女孩身高增长居全球第三

近期, 一项最新全球分析报告表明, 一些国家的儿童在 5 岁之前健康生长, 但这种健康生长趋势随着年龄增长而停止。各国学龄儿童的身高和体重差异很大。2019 年, 19 岁青少年最高平均身高和最矮的国家相差 20 cm, 相当于女孩 8 年、男孩 6 年身高生长差距。最低和最高体质指数 (BMI) 间相差 9~10 kg/m² (相当于 25 kg 体重)。(The Lancet.11 月 7 日在线版)

35 年, 中国男孩身高增长排第一 女孩排第三

2019 年, 19 岁青少年身高最高的国家主要分布在西北欧和中欧, 最矮的国家主要分布在南亚和东南亚、拉丁美洲和东非。过去的 35 年中, 儿童平均身高增长最多的国家主要是新兴经济体, 如中国 (男孩增长最多, 女孩增长排第三)。2019 年, 中国 19 岁男孩平均身高比 1985 年高

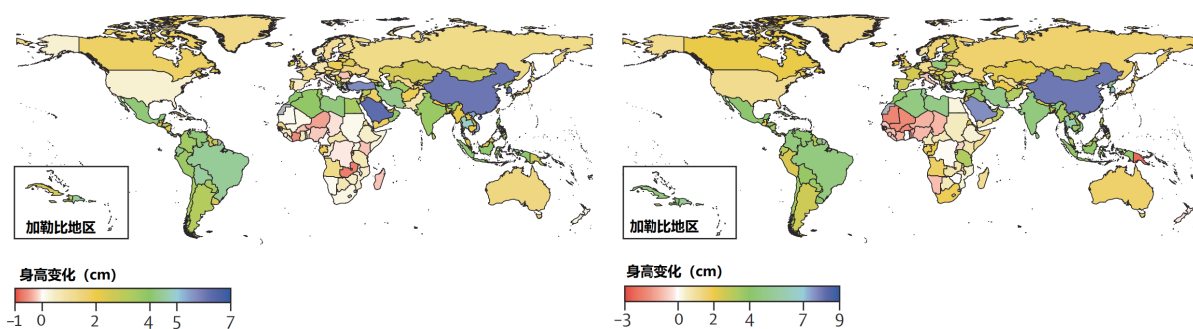


图 1 全球青少年身高变化

8 cm, 全球排名从 1985 年的第 150 位升至第 65 位。相比之下, 1985 年以来, 许多撒哈拉以南非洲国家儿童平均身高几乎不变, 甚至有所降低 (图 1)。

不应忽视 学龄儿童青少年生长情况

2019 年, 平均 BMI 最高的 19 岁青少年分布于太平洋岛屿、中东、美国和新西兰。相反, 平均 BMI 最低 (21 kg/m² 或更低) 的分布于南亚国家以及东非和中非国家。

此外, 该研究另有一重要发现, 尽管许多国家儿童能健康生长到 5 岁 (身高和体重均在 WHO 定义的健康范围内), 但有些国家儿童上学期间生长却落后了 (出现非健康生长性体重增加过多或身高增长过少)。该现象在拉丁美洲和加勒比地区、中东和北非以及撒哈拉以南非洲的中等收入国家尤为突出, 这些国家儿童在 5 岁时身高处于最佳水平, 但 19 岁时平均身高却比 WHO 定义的健康范围矮

2 cm 以上。同样, 南非女孩、加拿大男孩和女孩 5 岁时 BMI 均正常, 但会随着年龄增长而超过参考值。

身高和 BMI 反映了儿童青少年时期营养质量和生活环境健康程度, 同时也是整个生命过程健康和发育结局的重要指标。身高较矮和 (或) BMI 过低可能会增加患病和过早死亡的风险, 损害认知发展, 并影响日后的学业表现和工作效率。同样, 儿童青少年时期高 BMI 与 2 型糖

尿病和高血压等慢性疾病的高风险和早发病有关, 且更容易出现成年后过早死亡、心理健康不良、教育结局较差等情况。

研究主要作者表示, 这些巨大差异反映了全球发展不平衡现象, 各国注重改善早期儿童营养和生长状况, 却在很大程度上忽视了学龄儿童青少年的生长。该研究呼吁全球健康和营养计划应包含学龄儿童青少年, 使他们能在整个发育过程中健康生长。

一句话新闻

近日, 一项前瞻性队列研究显示, 与淋巴结清扫术相比, 前哨淋巴结活检 (SLNB) 对淋巴结转移风险增高的高级别子宫内膜癌患者有可诊断准确性, 并提高淋巴结阳性病例的检测率。(JAMA Surg. 11 月 11 日在线版)

近日, 一项前瞻性队列研究显示, 西方饮食与早发胰腺癌风险呈正相关, 而谨慎饮食、DASH、AMED 和 AHEI 饮食模式与早发胰腺癌风险呈负相关。(JNCI.11 月 2 日在线版)

近日, 一项研究显示, 中、日、韩三国食管癌患者及因食管癌死亡的人数在不断增加, 中国食管癌负担最重。中国男性患食管癌最主要因素为吸烟和饮酒, 女性患食管癌最主要因素是 BMI 和低水果饮食。(JHO.11 月 2 日在线版)

本版编译 融媒体记者 李瑞瑞

肿瘤

河南省肺癌高危者 CT 筛查率仅四成

近日, 河南省肿瘤医院报告, 中国肺癌筛查计划的参与率仍较低, 低剂量螺旋 CT (LDCT) 筛查率为 40.16%, 提示仍需改进筛查策略。(JAMA Netw Open.2020.3:e2019039)

多变量 Logistic 回归分析显示, 女性 (OR=1.64, 95% CI 1.52~1.78)、吸烟史 (OR=1.26, 95% CI 1.13~1.41)、身体活动受限 (OR=1.19,

95% CI 1.14~1.24)、肺癌家族史 (OR=1.73, 95% CI 1.66~1.79) 和 7 个其他因素均与 LDCT 筛查参与度增加相关。总体而言, 随访 6 年时, 筛查组与未筛查组肺癌检出率分别为 0.35% 和 0.38% (OR=0.93, 95% CI 0.70~1.23, P=0.61)。

该研究为横断面研究, 使用 2013 年 10 月~2019 年 10 月在中国城

市进行的癌症筛查计划的数据, 并随访至 2020 年 3 月 10 日。该计划在河南省 8 个城市进行, 共招募 282 377 例参与者, 其中包括 55 428 例肺癌高危人群; 平均年龄 (55.3±8.1) 岁, 男性 34 966 例 (63.1%)。22 260 例参与者接受了 LDCT 筛查, 参与率为 40.16% (95% CI 39.82%~40.50%)。

眼科

主要致盲性眼病疾病负担改善专家建议书发布 提高致盲性眼病认知度和治疗率

近日, 《中国主要致盲性眼病疾病负担改善专家建议书》发布, 呼吁社会加强对眼疾, 特别是眼底疾病的关心和重视, 挽回更多“可避免盲”。

以往调查发现, 青光眼的知晓率仅 17%。最常见的致盲眼病白内障知晓率仅 70%。常见致盲性眼病的治疗率也不佳, 需激光或抗 VEGF 治疗的糖尿病视网膜病变治疗率不足 10%。大量患者没有及早发现,

及时防控, 造成了大量致残、致盲的不良结果。

中国医师协会眼科医师分会会长、首都医科大学眼科学院院长王宁利教授表示, 我国目前存在致盲性眼病认知度不足、筛查率和治疗率低、晚期易造成不可逆的视野和视力损伤等问题, 针对这一现状, 建议书提出: 首先关口前移, 提高疾病筛查力度; 其次, 将眼科疾病纳入慢病管理体系, 防治致

盲性眼病; 此外, 还要加强基层眼科和眼科队伍建设, 建立健全的技术推广网络。

眼健康是国家大健康的重要组成部分。如果将致盲性眼病的筛查纳入国家慢病管理中, 会取得意想不到的效果。未来眼健康管理将提出“百万人眼底病筛查率”的新概念。通过眼底检查可以更早发现高血压、动脉硬化、糖尿病视网膜病变等慢病情况。

共同战“疫”

【正确洗手篇】

- 1. 用流动水淋湿双手**
- 2. 用肥皂或洗手液均匀涂抹双手**
- 3. 认真搓洗双手至少 20 秒**

洗手掌

洗手背

洗指缝

洗拇指

洗拇指

洗指尖

洗手腕
- 4. 用流动水冲洗干净**
- 5. 捧水冲淋水龙头后关闭水龙头**
- 6. 用清洁毛巾或纸巾擦干双手 (也可用干手器吹干)**

中宣部宣教局、国家卫生健康委宣传司 指导
中国健康教育中心 制作