

【成大醫分館 3 月(下)醫學新知與延伸閱讀】

一、研究：禁菸降低兒童氣喘就醫率逾 10%

[延伸閱讀] Article: Effect of smoke-free legislation on perinatal and child health: a systematic review and meta-analysis.

二、愈晚當爸爸 孩子自閉機率愈高

[延伸閱讀] Article: Paternal Age at Childbearing and Offspring Psychiatric and Academic Morbidity.

三、抽血預測失智症 準確率達 9 成

[延伸閱讀] Article: Plasma phospholipids identify antecedent memory impairment in older adults.

四、睡眠不足會永久損傷腦細胞

[延伸閱讀] Article: Extended wakefulness: compromised metabolics in and degeneration of locus ceruleus neurons.

五、曬太多太陽 葉酸減 2 成

[延伸閱讀] Article: Exposure to solar ultraviolet radiation is associated with a decreased folate status in women of childbearing age.

《詳細醫學新知內容與延伸閱讀出處，請繼續往下閱讀.....》

一、研究：禁菸降低兒童氣喘就醫率逾 10% 【法新社 2014/3/28】

研究人員今天表示，公共場所及工作環境禁菸，使早產和孩童因氣喘接受緊急治療的比例下降逾 10%。

這項研究彙集了 11 項已發表報告的研究成果。這些研究檢視了美國、加拿大與 4 個歐洲國家採取地方或全國性禁菸有何效果，共涵蓋超過 200 萬名孩童。

研究人員發現，禁菸實施不到 1 年，早產及孩童接受氣喘治療的比例各下降超過 10%。

此項新研究涵蓋超過 250 萬名新生兒及 25 萬名因氣喘而住院的孩童，調查使用 2008 至 2013 年間的資料。研究結果刊登在英國「刺絡針」(The Lancet) 醫學期刊。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Effect of smoke-free legislation on perinatal and child health: a systematic review and meta-analysis.

Source: The Lancet, Available online 28 March 2014.

DOI: 10.1016/S0140-6736(14)60082-9

Full text: [全文瀏覽](#)

二、愈晚當爸爸 孩子自閉機率愈高【中國時報 2014/3/29】

隨著社會壓力的逐年提高，經濟負擔越來越沉重，許多結了婚的夫妻，總想要多等幾年，等到存夠錢了再生小孩，讓孩子享有較好的生活環境。但現在這樣的想法可能要改變了，因為根據新的研究顯示，爸爸的年紀越大，孩子患有心理健康問題以及學習障礙的機率較高。此項研究發表於《JAMA 精神病學》(JAMA Psychiatry) 期刊之上。

研究的作者，同時也是美國印第安納大學 (Indiana University) 心理和腦科學的副教授布賴恩·多諾弗里奧 (Brian D' Onofrio) 表示，這項研究一共蒐集了 260 萬位在瑞典出生的孩子的資料，透過跨國小組的分析，在出生那年，父親年紀越大的孩子，他們患有自閉症、躁鬱症以及注意力不足過動症 (ADHD) 的比例也越高。

比起父親平均只有 20 多歲的幼兒來說，那些在爸爸已經 40 多歲才被生下的孩子，他們患有注意力不足過動症的風險高出了 13 倍；躁鬱症的風險多出 24 倍；自閉症譜系障礙也有 3.5 倍之多。值得一提的是，根據這項研究的分析，爸爸的年紀較大，孩子在學校的成績通常較差，輟學的機率也較高，顯示父親的年紀在某種程度上可能與孩子的課業表現有關。

對此，男性生育專家，美國匹茲堡大學醫學中心 (the University of Pittsburgh Medical Center) 副教授凱爾 (Kyle Orwig) 解釋，這與年紀的增長，幹細胞數量逐年下滑，精子的數量也越少有關。更進一步說，那些能夠存活下來的精子，它們可能具備某些特定的「優勢」，而這裡所謂的優勢可能與遺傳缺陷有關，推測就是導致幼兒發育障礙的關鍵。

即便結果如此顯示，布賴恩·多諾弗里奧仍強調，這並不代表所有生育年齡較大的父親，他們的孩子都會出現心理或學習上的障礙，大家不需過於恐慌。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Paternal Age at Childbearing and Offspring Psychiatric and Academic Morbidity.

Source: JAMA Psychiatry. 2014 Feb 26. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2013.4525.

Full text: [全文瀏覽](#)

三、抽血預測失智症 準確率達 9 成 【中時電子報 2014/3/23】

「爺爺，今天已經是你第 3 次吃晚餐了！」、「阿婆，我不是別人，我就是你的孫女呀！」這些都是阿茲海默症（Alzheimer's disease）患者家屬常有的經驗，最親愛的家人，卻把大家都給遺忘了。

目前在醫界，失智症的發生原因仍不明確，治療上，則因其為不可逆的疾病，僅能透過藥物延緩部分症狀惡化的現象，因此，及早發現就顯得格外重要。

造成阿茲海默症的主因，是腦中神經細胞間連結喪失，導致患者日漸失去記憶、語言，甚至行動能力。根據世界衛生組織（WHO）的統計數字顯示，全世界目前約有 3500 萬人罹患失智症，預計在 2050 年之前，人數將增長至 1 億 1500 萬人之多。

根據美國喬治城大學（Georgetown University）的研究，目前已開發出一種血液測試的機制，能夠預測人們在未來 3 年內是否會出現第一次認知能力下降，也就是所謂阿茲海默症的早期症狀，且有高達 9 成 6 的準確率。研究刊登於《自然醫學》（Nature Medicine）期刊之上。

在這項研究中，團隊找來了 525 位 70 歲以上的健康老年人，並追蹤他們的身體狀況長達 5 年之久。5 年後，這些原本身體都相當健康的老年人中，共有 28 位被診斷出阿茲海默症，或是已出現如認知障礙的早期症狀。研究團隊回顧並分析這些參與者的血液樣本，結果發現，檢測失智症的關鍵就在於血液中的脂肪。

研究的領導者，同時也是名神經學家的霍華德·費德洛夫（Howard Federoff）表示，跟健康的成年人比起來，那些被診斷出患有失智症的成年人，他們血液中共有 10 種特定脂質的水平偏低，因此，要預測失智症，未來可從血液檢測下手。

這項研究的發表，顯示了及早檢測對於這類神經變性疾病的對應方法是有價值的。霍華德·費德洛夫進一步說，或許目前醫界在治療失智症上仍沒有重大的突破，但及早預測失智症，對於未來的財務規劃、健康照護等都有一定程度的幫助。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Plasma phospholipids identify antecedent memory impairment in older adults.

Source: Nat Med. 2014 Mar 9. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1038/nm.3466.

Full text: [全文瀏覽](#)

四、睡眠不足會永久損傷腦細胞【BBC 中文網 2014/3/24】

根據一項最新調查指出，睡眠不足造成的危害可能比過去認為的要大，也許會導致腦細胞的永久性損失。

刊登在最新一期「神經科學雜誌」上的一項研究結果顯示，長期睡眠不足，使實驗老鼠大腦中 25% 的腦細胞死亡。

美國賓夕法尼亞大學醫學院的研究小組說，如果這種反應同樣出現在人類身上，那麼試圖補覺就可能是一種徒勞的努力。科學家認為，也許有一天能研製出一種藥物，來阻止睡眠不足對大腦造成的損害。

研究人員讓實驗室老鼠保持清醒狀態，以仿效現代社會中常見的因為做夜班或者工作時間太長而導致的睡眠不足。他們密切關注老鼠大腦中那些與保持大腦警覺有關的腦細胞。研究人員以夜班工人的睡覺時間為模式，也就是接連三天夜裏工作，每 24 小時中只睡 4 到 5 個小時。

在讓實驗室老鼠幾天來按照與夜班工人相同的睡眠時間睡覺之後，實驗老鼠失去了腦幹部分 25% 的腦細胞。賓夕法尼亞大學的科學家說，這是首個睡眠不足會導致腦細胞死亡的證據，但是強調說，必須做更多研究，來證實人類是否也會因為睡眠不足而造成腦細胞不可挽回的損害。科學家透露，下一步研究是檢查生前做輪班工作(輪流做夜班和白班)的死者的大腦，看是否有任何腦細胞損失的證據。

而從長遠看，科學家建議研製一種保護腦細胞的藥物，提高人體中與睡眠有關的天然化學物質。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Extended wakefulness: compromised metabolics in and degeneration of locus ceruleus neurons.

Source: J Neurosci. 2014 Mar 19;34(12):4418-31.

DOI: 10.1523/JNEUROSCI.5025-12.2014.

Full text: [全文瀏覽](#)

五、曬太多太陽 葉酸減 2 成【台灣新生報 2014/3/24】

有些女性因為準備懷孕，或已經懷孕而補充葉酸，希望增加懷孕成功機率、讓寶寶長得更健康。不過澳洲昆士蘭科技大學最新研究指出，如果曬太多太陽，接觸過多紫外線，可能會降低體內葉酸濃度，抵銷葉酸補充劑所帶來的種種好處。

這項研究已發表於「光化學與光生物學期刊」。研究結果顯示，接觸紫外線可能會耗損葉酸濃度，使體內葉酸濃度大大降低。

研究作者麥可·肯林教授與大衛·波爾拉達爾博士以四十五名健康女性為研究對象，這些女性年齡介於十八歲到四十七歲，結果發現，若大量接觸紫外線，體內葉酸濃度最多可減少百分之二十之多。

肯林教授表示，很多人都知道補充葉酸的好處，許多醫師、專業醫療人員都會鼓勵女性在懷孕前、懷孕過程服用葉酸補充劑。

有不少研究指出，葉酸可以幫助降低流產機率，也能減少新生兒神經管缺陷風險。醫界建議，懷孕與正準備懷孕的女性一天最好攝取五百毫克葉酸。肯林教授指出，這是首次研究發現，生育年齡的女性若大量曝曬太陽，身體葉酸濃度很容易偏低，甚至可能低於建議值。特別是那些喜歡在上午十點到下午三點曬太陽，又沒有做好防曬措施的女性更容易出現葉酸偏低問題。

除了葉酸補充劑，像菠菜、全穀類食物、柑橘類水果、豆類食物也都含有葉酸。研究作者指出，葉酸對正在準備懷孕與懷孕女性真的非常重要，民眾若有相關疑慮，可以多和專業醫師討論。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Exposure to solar ultraviolet radiation is associated with a decreased folate status in women of childbearing age.

Source: J Photochem Photobiol B. 2014 Feb 5;131:90-5. Epub 2014 Jan 17.

DOI: 10.1016/j.jphotobiol.2014.01.002.

Full text: [全文瀏覽](#)