

血管健康與心臟病高危因素息息相關 研究報告新聞發佈會

心臟健康列車召集人及瑪嘉烈醫院心臟復康服務主管—

陳藝賢醫生

研究目的

- 分析香港高血壓患者心臟肥厚及頸動脈血管病變的普遍性
- 分析血管病變與心血管病高危因素的關係

研究對象

- 55名患有高血壓而未診斷患有心腦血管或週邊血管疾病的病人;他們都在瑪嘉烈醫院門診長期覆診

研究方法

- 調查每名病人的血管疾病高危因素
- 利用超聲波檢查計算心臟肥厚及頸動脈血管病變的普遍性

高危因素的定義

- **血脂失調**：總膽固醇高於5.2或三酸甘油脂高於1.7或低密度膽固醇高於2.6或男性高密度膽固醇低於1.0，女性高密度膽固醇低於1.3
- **糖尿病**：空腹血糖高於7.0
- **高血壓**：重複量度大於140/90
- **中央肥胖**：男性腰圍大於90公分，女性腰圍大於80公分
- **缺乏運動**：少於每星期五次、每次30分鐘
- **吸煙**：長期吸煙或戒煙少於一年
- **高危飲食習慣**：少於每星期五天，每天食5份蔬果

頸動脈內中膜厚度

Age (yr)	No.	Mean	Percentiles value of mean CIMT (mm) in men (n = 107)						
			5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%
40-49	31	0.55	0.40	0.43	0.51	0.55	0.62	0.67	0.69
50-59	41	0.59	0.44	0.46	0.50	0.57	0.62	0.76	0.94
60-70	35	0.66	0.50	0.52	0.58	0.64	0.70	0.85	0.99
Total	107	0.60	0.44	0.48	0.52	0.57	0.65	0.75	0.89
Age (yr)	No.	Mean	Percentiles value of mean CIMT (mm) in women (n = 326)						
			5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%
40-49	165	0.48	0.39	0.41	0.44	0.47	0.52	0.57	0.61
50-59	106	0.55	0.43	0.45	0.48	0.54	0.60	0.67	0.75
60-70	55	0.63	0.46	0.51	0.55	0.62	0.69	0.80	0.95
Total	326	0.53	0.41	0.43	0.45	0.51	0.57	0.67	0.72

Youn YJ, et al. J Korean Med Sci 2011;26:365-71.

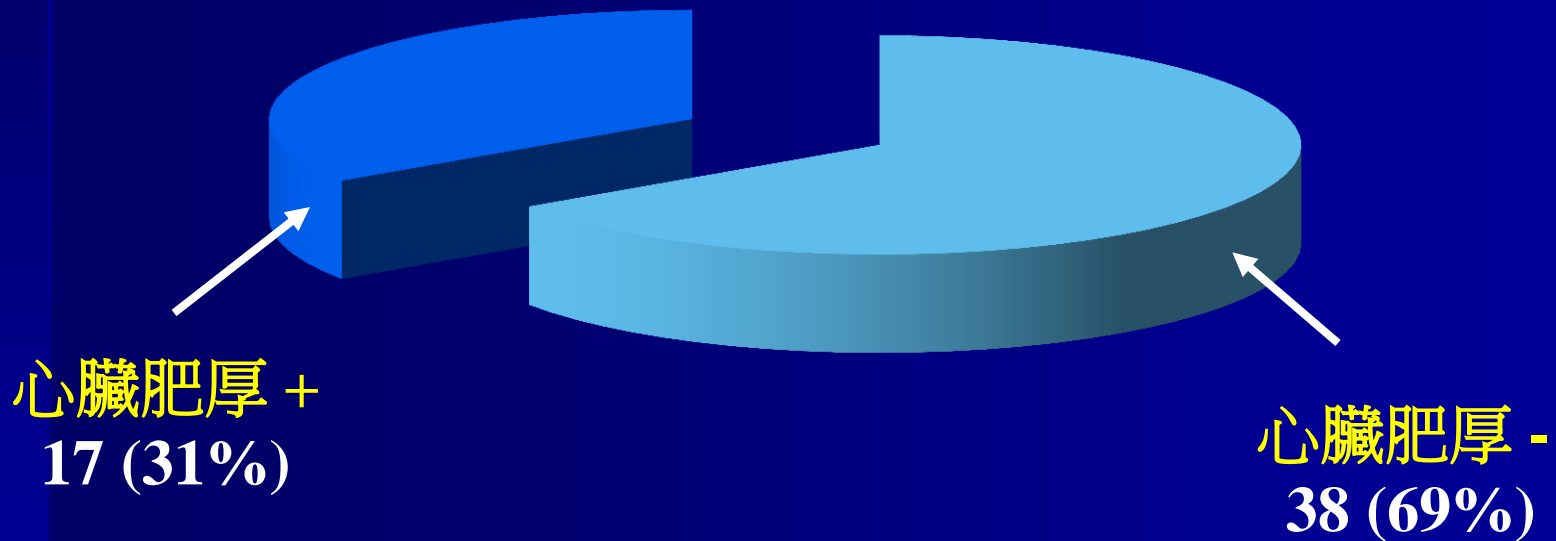
研究結果

- 55名患有高血壓而未診斷患有心腦血管或週邊血管疾病的病人，於二〇一三年五月至七月參與研究。其中26人(47%)為男性，平均年齡 63 歲

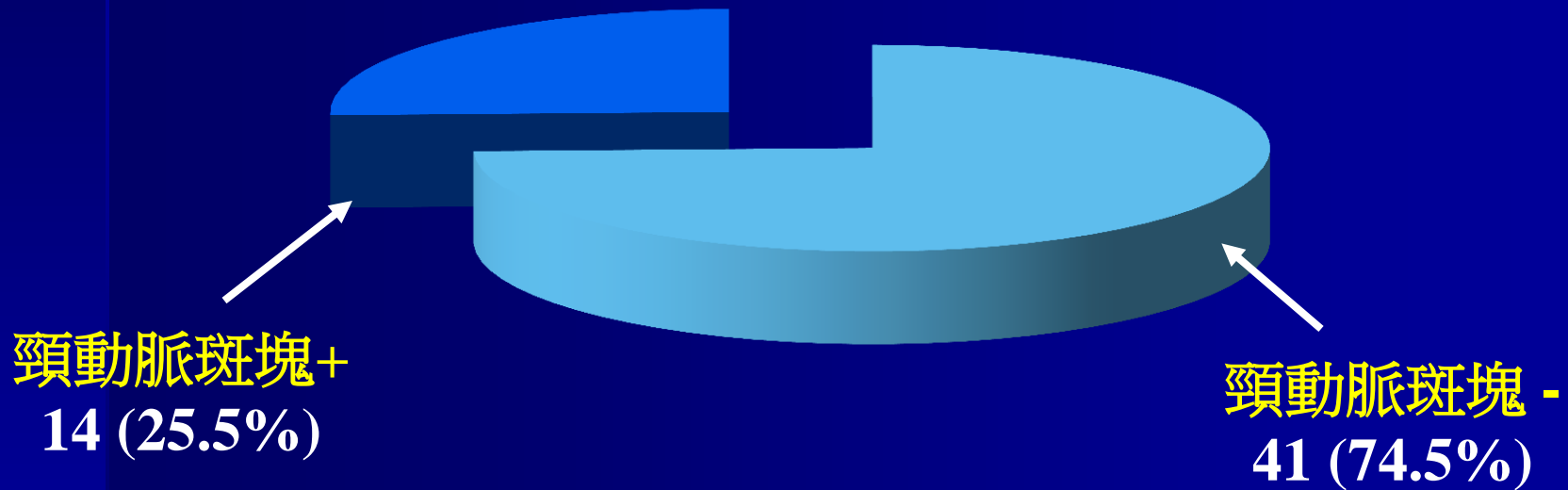
研究結果-心血管病高危因素

過重或肥胖 BMI \geq 23	80%
缺乏運動	69.1%
中央肥胖	60%
高危飲食習慣	58.2%
血脂失調	25.5%
糖尿病	21.8%
吸煙	5.5%

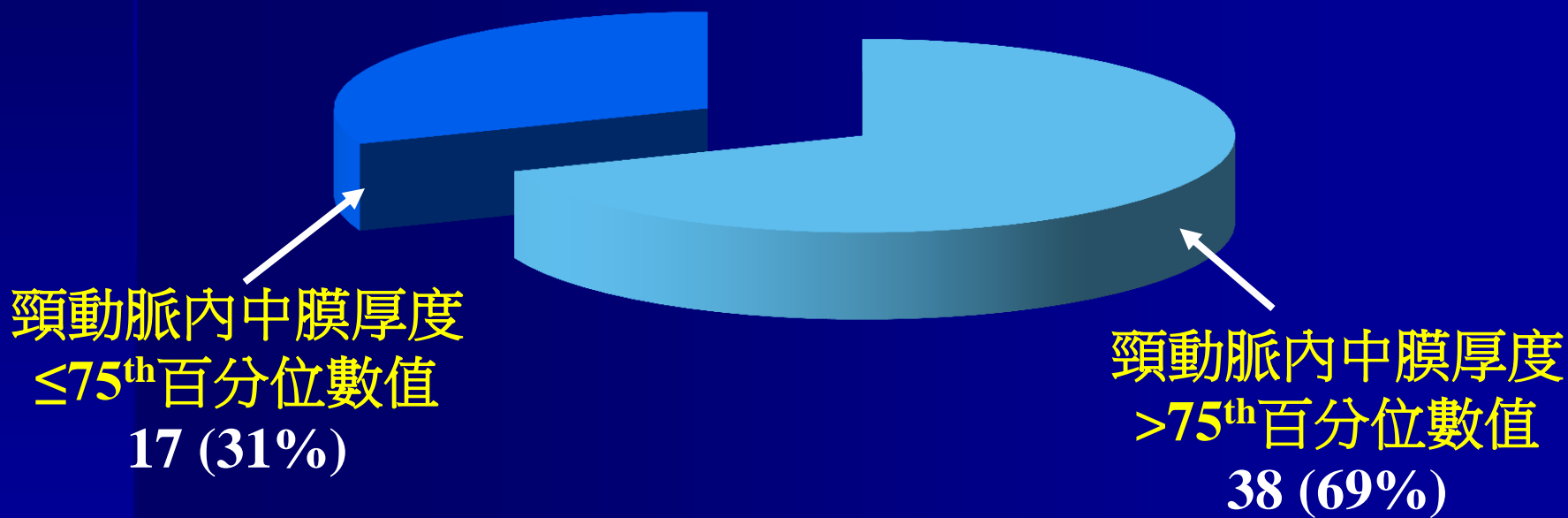
研究結果-心臟肥厚的普遍性



研究結果-血管病變的普遍性



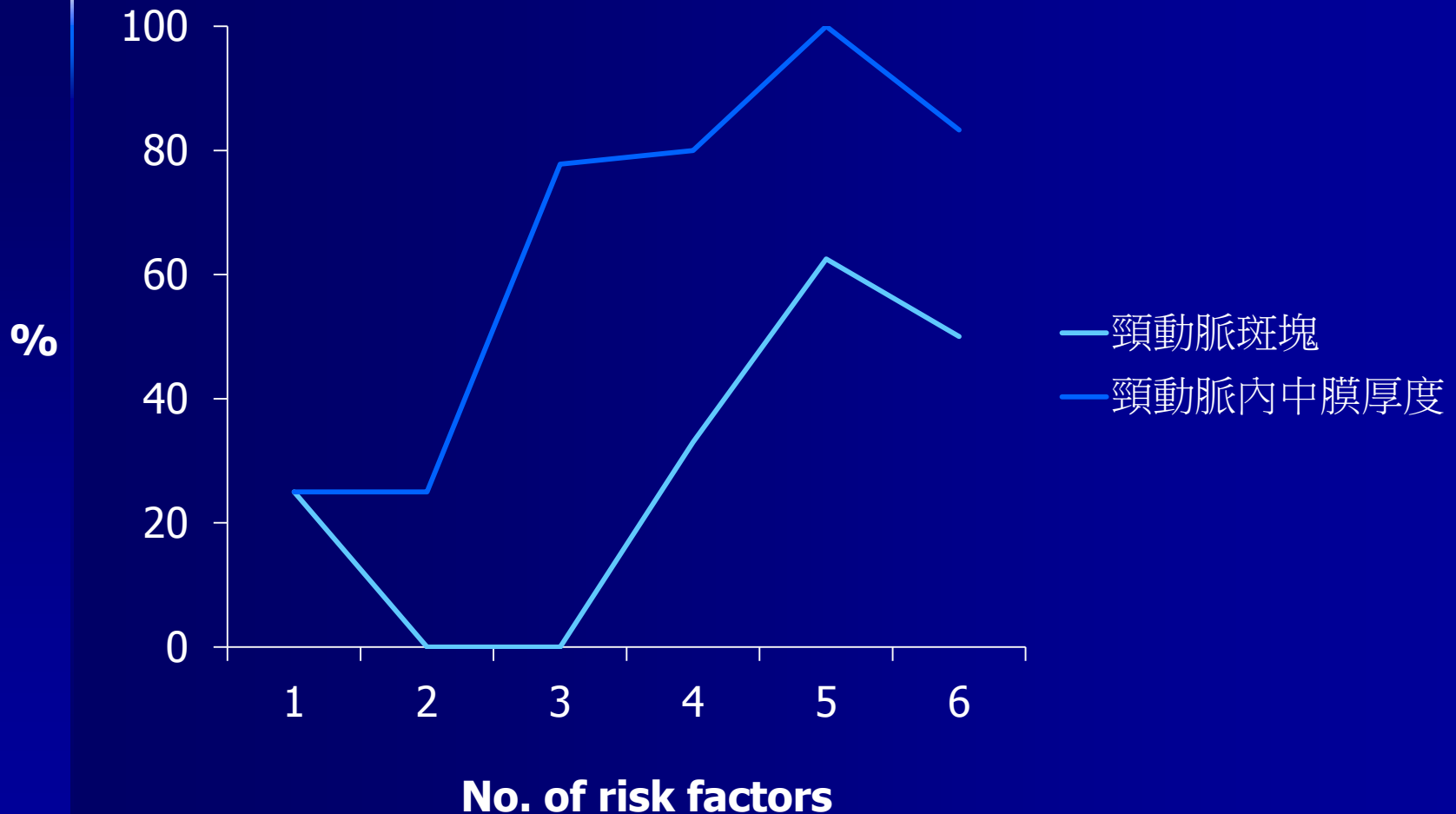
研究結果-血管病變的普遍性



研究結果-血管病變與心血管病高危因素的關係

No. of risk factors	頸動脈斑塊	頸動脈內中膜厚度 >75 th 百分位數值
1 (n=4)	25% (1/4)	25% (1/4)
2 (n=12)	0	25% (3/12)
3 (n=9)	0	77.8% (7/9)
4 (n=15)	33% (5/15)	80% (12/15)
5 (n=8)	62.5% (5/8)	100% (8/8)
6 (n=6)	50% (3/6)	83.3% (5/6)
7 (n=1)	0	0

研究結果-血管病變與心血管病高危因素的關係



結論

- 高血壓患者血管疾病高危因素非常普遍
- 三成半高血壓患者出現心肌肥厚，代表高血壓已引致重要器官出現病變
- 六成半病人出現頸動脈壁變厚，1/4人頸動脈出現斑塊，結果顯示雖然該批病人未曾確診冠心病或中風等心血管病，血管病變卻非常普遍
- 研究顯示血管疾病高危因素越多，血管病變越嚴重

建議

- 市民應定期量度血壓，及早診斷及接受治療
- 市民必須培養健康生活習慣以減低患血管疾病的風險