



『血管醫學臨床與研究』焦點新聞

- 100年5月7日(六)，五月份是感念母親含辛茹苦的月份，血管健康列車講座特別安排2位醫師主講：(1)肝膽腸胃徐友春主治醫師主講(2)復健醫學科副教授陳祺賢主治醫師主講，歡迎院內同工踴躍參加。

活動流程表(時間：14:30~16:30)

| 時間 | 主題內容 | 主講人 |
|-------------|---------------------------|-----------|
| 14:00~14:30 | 入場 | |
| 14:30~15:20 | 認識疾病-慢性BC型肝炎 『小心!肝寶貝!』 | 徐友春 醫師 |
| 15:20~15:40 | 健康操 | |
| 15:40~16:30 | 用運動預防血管疾病 | 陳祺賢 醫師 |
| 16:30~ | 血管健康列車講座活動結束 | |

地點：彰化縣文化局1樓演講廳

血管健康專欄

鴻孕當頭！漫談妊娠高血壓及妊娠糖尿病對日後血管疾病的風險

◎文 許貴程/婦產科醫師

妊娠高血壓以及妊娠糖尿病都是孕期常見的併發症，妊娠高血壓的發生率約佔所有孕婦的百分之十，妊娠糖尿病約佔百分之二，其中妊娠高血壓是指妊娠20週以後出現血壓大於140/90 mmHg，且在產後12週內恢復正常，如果合併蛋白尿(24小時總尿液蛋白質大於300毫克)即為子癩前症，若出現癲癇發作，即為子癩症。妊娠高血壓好發於多胞胎妊娠、高齡產婦、肥胖者、低社經地位者，同時也比較容易發生於頭一胎。至於妊娠糖尿病指原本並無糖尿病，但在懷孕期間出現糖類代謝不良造成血糖過高，它可在妊娠24-28週經由葡萄糖耐糖測驗診斷出來，通常好發於肥胖者及家族有第二型糖尿病病史者，妊娠高血壓以及妊娠糖尿病對母親及胎兒雙方都會有不良的影響。

有許多研究發現妊娠高血壓以及妊娠糖尿病都會增加日後發生高血壓或心血管疾病的風險，其中尤以子癩前症發生的機會最大，因為這些患者可能本來就存在有一些引發心血管疾病的危險因子，如高血壓、高血脂、肥胖及糖尿病，而且懷孕期間這些疾病會對血管造成影響，也可能因此增加日後發病的機率。子癩前症在孕婦的發生率約3-5%，它又可細分為輕度(指血壓介於140-159/90-99 mmHg，24小時總蛋白尿介於0.3-2.9公克)及重度(指血壓大於

160/100 mmHg，24小時總蛋白尿大於3.0公克)，早發性(發生於妊娠28週以前)及晚發性(發生於妊娠28週以後)。重度子癩前症日後發生高血壓的相對風險約一般人的6倍，輕度子癩前症日後發生高血壓的相對風險約一般人的3.6倍，合併子癩前症及代謝性疾病則日後發生心血管疾病的風險約一般人的12倍，子癩前症患者將來發生心肌梗塞甚至死亡的危險性約為一般人的兩倍，早發性子癩前症又比晚發性子癩前症有較高的風險。

至於如何預防妊娠高血壓以及妊娠糖尿病患者日後發生高血壓或心血管疾病呢？一般來說產後必須持續追蹤血壓及血糖情形，如果血壓依然偏高則應繼續服用降血壓藥物控制血壓，血糖如果持續偏高，也必須繼續做好飲食控制。當然最重要的還是良好生活作習的維持，控制體重、遠離肥胖、多運動、減少高油脂油炸食物的攝取，如此才能把將來罹患高血壓或心血管疾病的機率降到最低。

研究室介紹

地中海飲食促進肥胖與糖尿病者的健康與粒線體有關？

粒線體不全或功能障礙為何與代謝疾病息息相關呢？並導致如高血壓、高膽固醇等心血管疾病危險因子？耶魯大學醫學院的Richard Lifton等人發現了一位血液中鎂離子含量過低的女病人，接著他們發現粒線體中一連串的基因突變是主因。這位女病人的其他親人也有低鎂離子的症狀。追蹤了142個親人，他們大多有低鎂離子、高血壓和高膽固醇的問題。這些症狀都是遺傳自一位母親——粒線體靠母系遺傳把突變傳給了一大票後代。

地中海飲食與降低某些癌症與心血管疾病的好處已是眾所皆知，橄欖油是此飲食中最重要脂肪來源，其所含有的Hydroxytyrosol (HT)被認為是對健康最具潛力的成分之一。研究指出一種初榨橄欖油中的抽出物能刺激細胞內粒線體(mitochondria)的功能，並藉此預防相關疾病，如糖尿病與肥胖。



發表於 2009 年 Journal of Nutritional Biochemistry 研究報告指出，利用來自老鼠培養的脂肪細胞，以不同濃度的 HT (0.1 ~ 10 mmole/L) 來試驗與粒線體功能相關蛋白質的表現，發現在各種濃度的 HT 都能刺激 PPARGC1-alpha (peroxisome proliferator-activated receptor (PPAR) coactivator 1 alpha) 的表現，此蛋白質是粒線體新生 (biogenesis) 的重要因子。也就是說 HT 是個能有效刺激粒線體其功能的營養素。HT 能刺激粒線體的特性或許可用來解釋地中海飲食能降低心血管疾病的機轉，未來也許可以用來作疾病治療的介入，像是第二型糖尿病與肥胖的預防。

©2010 彰化基督教醫院 血管醫學防治中心與血管暨基因體研究中心 編製
版權所有，請勿轉載

血管醫學臨床與研究