

营养干预对社区几种慢性疾病的效应评价

黄承钰 阴文娅 曾果 陈笑君
蒋建军 高绪芳 帅培强 陈敏

随着人民生活水平的不断改善和提高,我国疾病谱正在发生改变。糖尿病、高血压、高脂血症的发病率逐年增高,且随增龄而增加。这几种疾病常伴心、脑、肾、眼等重要器官疾患,致残率、致死率高,严重威胁着人类健康。研究表明,高血糖、高血压、高血脂的发生、发展与饮食关系极为密切,社区是老人和绝大多数慢性疾病病人的住所,社区卫生服务直接影响社区居民的疾病与健康,而营养治疗是社区卫生服务的重要组成部分。本研究旨在对成都市两个社区血糖、血压、血脂异常者进行营养干预,并评价其效果。

选取 87 名家住成都市东华机械厂和南虹村,年龄 53~85 岁、血糖、血压、血脂异常者为研究对象。在对糖尿病人的营养干预中,强调适当地减少主食,鼓励增加粗粮比例,多吃蔬菜及豆制品;对高脂血症者严格控制热量摄入,合适的运动强度和运动量,保持理想体重,少吃高胆固醇和高脂肪的食物,多吃蔬菜、水果;对血压异常者重点控制热能,限制食盐,少钠多钾,减少胆固醇及脂肪的摄入,增加瘦肉、禽鱼肉及蔬菜的摄入,增加活动量。通过配制食谱、营养教育和咨询等营养措施干预 10 周后,观察以下指标的变化:(1)空腹血糖和餐后 2 小时血糖;(2)血清胆固醇和甘油三酯;(3)血压和体重;(4)症状评分。数据输入 Foxpro 数据库,用 Spss for windows 软件经配对 t -检验、相关及多元逐步回归分析处理资料,用 Excel 软件绘图。

结果表明:以上观察指标均显著降低,平均下降值为:空腹血糖 0.81mmol/L,餐后血糖 1.80mmol/L,胆固醇 1.13mmol/L,甘油三酯 0.37mmol/L,收缩压 2.27kPa,舒张压 1.97kPa,体重 2.57kg,症状得到明显改善。

可以认为,合理饮食对高血糖、高血脂、高血压者确有改善代谢、稳定病情、减少症状之功,是社区控制这几种慢性疾病简便有效的措施。

作者简介 黄承钰,女,1946 年 4 月生。华西医科大学营养与食品卫生学教研室主任,副教授,硕士生导师,中国营养学会常务理事,四川省营养学会副理事长。地址:成都,华西医大卫生学院。邮编:610041

近视眼和正常眼光学特征差别的测量

孙沛 贺极苍 冯金华 孙秀如

近视是困扰青少年身心发展的重要问题。目前对近视的研究虽然取得了一些突破性的进展,如动物视觉信息剥夺实验研究,但对近视形成的原因和机理仍知之甚微。有

人将其归因于遗传,因为近视父母的子女成为近视的概率很高,但这种相关并非必然。也有人认为环境因素可能为主要原因,如近距离工作、用眼过度、光线不足等,然而这些因素对近视形成亦并非直接相关。

以往关于近视的研究大多基于眼睛为理想光学系统这一假设,然而实际情况并非如此。此问题在过去的研究中未被重视,其原因在于测量眼睛光学系统的技术无法给出准确的测量。最近人眼光学特性的测量得到了突破性的进展,根据已有结果,如下结论已十分明确:①人眼不是理想光学系统,其光学质量甚至比普通相机镜头的质量还要差很多。②作为影响光学特性的主要因素,象差在人眼中十分严重且具不对称性。③象差大小存在明显的个体差异。

为了对人眼光学特征在近视形成中的作用进行探讨,我们采用人眼主观象差测量实验装置(该装置由参考光路、测量光路和瞳孔监视光路组成,测量原理为光线追踪主观测量原理,测量结果为瞳孔面上间距 1mm 的 7×7 矩阵中间 37 点的入射角改变量经最小平方差求得的整体象差分布,以及 35 项分立象差成分),对 30 名近视眼大学生(男女各半)和 20 名正常眼大学生(男女各半)在正常调焦状态下和调焦刺激状态下(-3.0D)光学特征的差别进行了测量。

结果表明,在正常调焦状态下近视眼被试者和正常眼被试者的初级象差存在明显差异;在调焦刺激状态下近视眼被试者具有显著高于正常眼被试者的初级象差和高级象差。这显示高级象差可能是一种危险因子,它使得正常人眼生长过程被破坏。不过,由于象差种类很多,其交互影响很复杂,对象差影响网膜像的机理和作用仍有待于进一步探讨。

作者简介 孙沛,1967 年 11 月 27 日生。中国科学院心理研究所,副研究员。地址:北京北沙滩中科院心理所二室。邮编:100101

中国儿童期单纯肥胖症现状、趋势及防治对策

丁宗一

中国儿科工作者在下述四个领域内对儿童期单纯肥胖症进行了十余年的研究(自 1986 年正式实施)。主要结论如下:

流行的学研究(1986 年和 1996 年两次全国性流调)表明,学龄前期(0~7 岁)单纯肥胖症检出率长期居高不下,年增长率失控。脂肪重聚年龄过早(5 岁),脂肪重聚比过高(2.0~3.2),预示今后 20 年内成人期肥胖症和心血管疾病的发病率和死亡率会急剧增高。肥胖-超重比增高指示体重控制将是中国儿童期健康保护的一项长期任务。

生理学研究表明肥胖孩子儿童期即已损伤儿童心肺功能,妨碍有氧能力发育,降低体育运动能力。肥胖度越高,此种损伤越大。根据中国儿童有氧能力和体质健康水平制