

康家睡眠教室

12
第12期

研究証明睡眠窒息症可令糖尿病惡化

最近芝加哥大學做了一項研究，研究主管Renee S. Aronsohn, MD稱：「這項研究首次証明，睡眠窒息症嚴重程度與患二型糖尿病病人的血糖控制有著名顯及分等級的反比關係。」是次調查更確認出，在二型糖尿病病人中，尚未被診斷的睡眠窒息症個案十分普遍。

Aronsohn與他的工作人員從門診部招募了60個二型糖尿病病人參與是次研究。研究人員發現，77%的受訪者患有阻塞性睡眠窒息症，但當中只有5人曾接受睡眠評估測試，而其中更沒有人進行過任何治療。在這羣研究對象中，38%被分級為輕度睡眠窒息，25%被分級為中度，以及13%被分級為嚴重的個案。



較嚴重的睡眠窒息症病人的血糖控制均比較差。相比沒有患睡眠窒息的病人，擁有輕度、中度及嚴重度的睡眠窒息症個案明顯令平均糖化血色素值(HbA1c)分別增加1.49%，1.93%及3.69%。根據研究主管所說，以上所列的糖化血色素值的升幅，比得上常用的降血糖藥的藥效幅度，這即是說睡眠窒息症可能抵消了抗糖尿病藥的藥效。

Aronsohn更稱：「我們的研究結果有著重要的臨床含意，因為它証實了減輕睡眠窒息症的嚴重度的確能改善血糖控制。」「所以，有效的睡眠窒息症治療可能代表著一個新穎及非藥物干預的二型糖尿病處理方法。」

參考資料：American Thoracic Society's American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine.

愛生活・愛自己

今年3月21日是第10個世界睡眠日。世界睡眠日是由國際精神衛生和神經科學基金會於2001年發起的一項全球性活動，定在每年的3月21日，因為這天是春季的第一天，季節變化的週期性、睡眠的晝夜交替規律都影響著人們的日常生活。這節日旨在於引起人們對睡眠重要性和睡眠素質的關注。根據世界衛生組織對14個國家進行的一項調查中，發現27%的人有睡眠問題，但大部分的病人均沒有得到合理的診斷及治療。



* 以上資料只作參考。如有任何疑問，宜向閣下的主診醫生查詢。



康家醫療
caringcompany

以上資料由

康家醫療有限公司
THE HOMECARE MEDICAL LTD.
Your Trusted Partner in Respiratory and Sleep Breathing Disorders Solutions

提供

九龍總公司：九龍荔枝角青山道501-503號國際工業大廈1樓全層

港島陳列室：銅鑼灣渣甸街5-19號京華中心13樓1306室

九龍陳列室：尖沙咀漢口道17號新聲大廈5樓8室

電話 Tel : 2402-2188

電話 Tel : 2882-7922

電話 Tel : 2992-0226

傳真 Fax : 2411-2323

傳真 Fax : 2882-7911

傳真 Fax : 2992-0079