

成大醫分館 12 月(上)醫學新知與延伸閱讀

下列醫學新知訊息與[延伸閱讀]提供您參考，延伸閱讀文章歡迎利用醫分館紙本期刊與電子期刊：

一、喝咖啡 防口腔癌？

[延伸閱讀] Coffee, Tea, and Fatal Oral/Pharyngeal Cancer in a Large Prospective US Cohort

二、愛貓族 防弓漿蟲上身

[延伸閱讀] GABAergic Signaling Is Linked to a Hypermigratory Phenotype in Dendritic Cells Infected by *Toxoplasma gondii*

三、「鹽」重了 讓孩子血壓拉警報！

[延伸閱讀] Sodium Intake and Blood Pressure Among US Children and Adolescents

[延伸閱讀] Dietary Salt Intake, Sugar-Sweetened Beverage Consumption, and Obesity Risk

四、肝癌術後服抗病毒藥 可減 1/3 復發

[延伸閱讀] Association Between Nucleoside Analogues and Risk of Hepatitis B Virus-Related Hepatocellular Carcinoma Recurrence Following Liver Resection

五、欲速則不達？

[延伸閱讀] Neural Mechanisms of Speed-Accuracy Tradeoff

詳細醫學新知內容與延伸閱讀出處，請繼續往下閱讀.....

一、喝咖啡 防口腔癌？【台灣新生報 更新日期: 2012/12/13】

美國最新研究發現，一天喝四杯以上咖啡，似乎可以減少口腔癌、咽喉癌死亡率。

美國癌症學會研究團隊發現，與沒有喝咖啡習慣的人相比，常喝咖啡的人口腔癌、咽喉癌死亡風險減少約一半。研究首席作者珍娜·希爾德布蘭德表示，全世界很多人都在喝咖啡，而咖啡含有多酚類抗氧化物質與一些生物活性成分，或許是這

些成分抑制癌症生長、蔓延。

希爾德布蘭德指出，口腔癌、咽喉癌是世界常見十大癌症之一。這次的研究證據顯示，咖啡或許可以預防口腔癌、咽喉癌發生，避免癌細胞擴散、壯大。上述研究成果已發表於「美國流行病學期刊」。

研究團隊分析美國癌症學會近百萬人健康資訊，檢視這些人的飲用咖啡、茶類習慣，並比對其癌症死亡率，研究人員自一九八二年開始進行研究，參與研究者剛開始並沒有罹癌。在二十六年期間，共有八百六十八人死於口腔癌、咽喉癌。研究結果發現，每天喝四杯以上咖啡的人口腔癌死亡風險減少百分之四十九。無論有沒有抽菸、喝酒習慣，只要有喝咖啡的習慣，罹癌死亡率便會下降。

研究人員也發現，如果每天喝兩杯以上低咖啡因咖啡，也許也能產生相似效果。

至於喝茶習慣則與口腔癌發生率、死亡率無關。

不過過去曾有研究提醒，飲用過多咖啡可能會讓心跳速度加快、血壓上升。懷孕女性最好也控制一下咖啡飲用量，以免喝太多咖啡影響寶寶生長。

[新聞閱讀]

<http://tw.news.yahoo.com/%E5%96%9D%E5%92%96%E5%95%A1-%E9%98%B2%E5%8F%A3%E8%85%94%E7%99%8C-161250820.html>

[延伸閱讀]

Article: Coffee, Tea, and Fatal Oral/Pharyngeal Cancer in a Large Prospective US Cohort

Source: Am. J. Epidemiol. First published online Dec. 9, 2012 . DOI: 10.1093/aje/kws222

Full text:

<http://aje.oxfordjournals.org/content/early/2012/12/09/aje.kws222.short?rss=1>

二、愛貓族 防弓漿蟲上身【台灣新生報 更新日期: 2012/12/13】

瑞典最新研究發現，貓糞中的寄生蟲「弓漿蟲」可能引發飼主免疫反應，進而影響行為、心智健康。患者可能出現類似感冒的症狀，症狀往往很輕微，但免疫力較弱的人，或是胎兒透過母親感染到這種疾病，就可能致命。

科學家實驗發現，人類免疫樹突細胞感染弓漿蟲，會分泌化學訊號 GABA (γ-氨基丁酸)；另有老鼠實驗發現，大腦樹突細胞受感染後，會影響到 GABA 系統。

研究成果已發表於「公共科學圖書館-病原體」期刊。

GABA 專門抑制恐懼、焦慮感覺，不少身心症患者大腦 GABA 系統都有異常現象。研究人員指出，有些研究發現，不少精神分裂症患者、憂鬱症患者、焦慮症患者患有弓漿蟲病，也有人認為，弓漿蟲病可能會影響一個人的攻擊、外向與冒險程度。

[新聞閱讀]

<http://tw.news.yahoo.com/%E6%84%9B%E8%B2%93%E6%97%8F-%E9%98%B2%E5%BC%93%E6%BC%BF%E8%9F%B2%E4%B8%8A%E8%BA%AB-161249565.html>

[延伸閱讀]

Article: GABAergic Signaling Is Linked to a Hypermigratory Phenotype in Dendritic Cells Infected by Toxoplasma gondii

Source: PLoS Pathog. Published online Dec. 6, 2012 : 8(12), e1003051. DOI: 10.1371/journal.ppat.1003051

Full text: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3516538/>

三、「鹽」重了 讓孩子血壓拉警報！【聯合新聞網 更新日期: 2012/12/12】

(文/黃秀美)香噴噴的漢堡、披薩跟薯條、洋芋片，還有微波得熱騰騰的超商鮮食便當，常常出現在您家的餐桌上嗎？要當心孩子從小就養成「吃重鹹」的飲食習慣，而成為高血壓的最佳候選人。

根據美國疾病管制局（CDC）二〇一二年九月發表在《兒科》（pediatrics）上發表的研究裡顯示，6235 位八到十八歲的美國孩子，每天平均攝食 3387 毫克的鈉，相當於 8 公克以上的鹽份，已與美國成人的鹽份的攝取量不相上下。

而這個研究中的孩子，有 15% 已有高血壓或高血壓輕度上升的情況。即使對孩子來說，高鹽飲食也會增加一倍罹患高血壓的風險，尤其是對於超重或肥胖的孩子，高鹽飲食會讓高血壓的風險提高到三倍。

為了避免高鹽傷害孩子的心臟，每日鈉的攝取量應該控制在 2300 毫克以下，相當於 6 公克以下的鹽份。

二〇一二年十二月，同樣發表在《兒科》（pediatrics）的最新研究則發現，4283 位二到十六歲的澳洲孩子中，有 62% 會喝含糖飲料，而會喝超過 250 公克含糖飲料的孩子，約有 26% 有超重或肥胖的問題。

更值得重視的是鹽份吃多，就會讓人覺得口渴，而想喝些含糖飲料，澳洲孩子每天多攝食 1 公克的鹽份，就會在每日飲食中，多攝食 17 公克的含糖飲料，因此，這份研究的結論是，減鹽不只對降低血壓有好處，在孩子肥胖的預防上，也可能是有用的。

美國食品藥品管理局（FDA）和美國農業部（USDA），最近為了如何減少食物中的鹽份，大傷腦筋，主要原因是美國人飲食中 75% 的鹽份，並非自家廚房的鹽罐，而是來自於包裝食品及餐廳，因此，多在家吃飯，在購買包裝食品時，學著閱讀食品的營養標示表，選擇含鹽量較低的食物，都非常的重要。

而那些食物中的鹽含量特別高，有如隱形的「鈉炸彈」呢？

- 麵包及麵包卷
- 加工肉品，如：火腿、培根
- 披薩
- 家禽
- 湯
- 三明治
- 奶酪或起司
- 麵食
- 肉類菜餚，如：肉塊或肉汁
- 超好吃的零食，如：洋芋片、餅乾、爆米花

另外，飲料中隱藏的鹽份，也不可小看，像是市售的果汁、運動飲料、電解水、能量飲料、碳酸飲料，其實，都有鹽份的存在。

而吃起來特別香辣的泡麵，也要特別的當心。舉例來說：韓國的辣白菜泡菜味拉麵，每 100 公克含 1996 毫克的鈉，但一包裝有 120 公克，約是 2395 毫克的鈉，只要吃一包，就已經爆表，超過每日鈉攝取量 2300 毫克的標準。

若您習慣買便利商品的微波食品給孩子食用，也請務必看清楚鈉含量，尤其是鮮食的三明治、便當及麵食，因不含防腐劑，通常較可能含有高比例的鹽份來防止鮮食變質，特別是紅燒、滷製、燴炒、蔥爆、咖哩、煙燻類口味較重的鮮食，更是要特別留心。

[新聞閱讀]

http://mag.udn.com/mag/life/storypage.jsp?f_ART_ID=429753

[延伸閱讀]

Article: Sodium Intake and Blood Pressure Among US Children and Adolescents

Source: Pediatrics. Published online Sep 17, 2012: 130(4), p611-619. DOI: 10.1542/peds.2011-3870

Full text: <http://pediatrics.aappublications.org/content/130/4/611.long>

Article: Dietary Salt Intake, Sugar-Sweetened Beverage Consumption, and Obesity Risk

Source: Pediatrics. Dec 10, 2012. DOI: 10.1542/peds.2012-1628

Full text:

<http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2012/12/05/peds.2012-1628.abstract?sid=36320bf3-f8ac-458a-a140-280d9650e254>

四、肝癌術後服抗病毒藥 可減 1/3 復發【華人健康網 更新日期: 2012/12/11】

國內肝癌患者高達 8 成有 B 型肝炎帶原，一項根據健保資料庫的最新研究顯示，B 肝病毒引起的肝癌患者，術後若接受口服抗病毒藥物治療，可減少 1/3 復發機率，整體存活率也顯著提高，結果於今年 11 月份的美國肝臟疾病研究學會年會中發表，並且刊於美國醫學會雜誌(JAMA)。

一項根據健保資料庫的最新研究顯示，B 肝病毒引起的肝癌患者，術後若接受口服抗病毒藥物治療，可減少 1/3 復發機率，整體存活率也顯著提高。

這項研究是由國家衛生研究院群體健康科學研究所研究員、台灣消化系醫學會理事長林肇堂醫師領導，以 2003 年 10 月至 2010 年 9 月間診斷為肝癌的患者為對象，找出 518 位罹患 B 型肝炎相關肝癌且術後有接受口服抗病毒藥物治療的治療組，以及 4051 位沒有接受該藥物治療的對照組。

進行 6 年的追蹤結果發現，治療組的術後復發機會是對照組的 0.67 倍，也就是減少 1/3 左右。研究團隊成員之一的台中榮總胃腸肝膽科醫師吳俊穎表示，健保資料顯示有使用抗病毒藥物者，多半是病毒量較高者，這類患者本來就是復發的高危險群，分析發現有用藥者，每 12 名患者可減少 1 人復發、每 8 名患者可減少 1 人死亡。

吳俊穎醫師說明，過去的研究已經發現 B 型肝炎相關的肝癌患者，其術後的復發機會與其血中的 B 型肝炎病毒數量呈正相關，病毒數量越高其術後的肝癌復發機會越大；這次研究，也首次證明口服抗病毒藥物可以有效降低 B 型肝炎相關的肝癌復發，並且降低整體死亡率。

[新聞閱讀]

<http://tw.news.yahoo.com/%E8%82%9D%E7%99%8C%E8%A1%93%E5%BE%8C%E6%>

[9C%8D%E6%8A%97%E7%97%85%E6%AF%92%E8%97%A5-%E5%8F%AF%E6%B8%9B1-3%E5%BE%A9%E7%99%BC-081609394.html](http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1391401)

[延伸閱讀]

Article: Association Between Nucleoside Analogues and Risk of Hepatitis B Virus–Related Hepatocellular Carcinoma Recurrence Following Liver Resection

Source: JAMA. Nov 14, 2012; 308(18), p1906-1913. DOI: 10.1001/2012.jama.11975

Full text: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1391401>

五、欲速則不達？【台灣立報 更新日期: 2012/12/11】

(PanSci 泛科學網/作者: Jacky Hsieh)為什麼我們反應較快的時候容易出錯？新的研究指出，富蘭克林的名言：「耐心處理所有事：欲速則不達。」在大腦裡可確實是如此。

美國田納西州 Vanderbilt University 的認知神經科學家 Richard Heitz 與 Jeffrey Schall 的最新研究發表在《Neuron》指出：當我們逼著大腦做快速的選擇時，大腦會切換到不一樣的模式。

「『欲速則不達』這個問題對人類而言時常發生」，這個實驗的研究者 Heitz 說，「如果我們知道，在我們急著下決定時大腦做了哪些改變，我們就對了解一般決策時的大腦歷程邁向了一大步。」

決策快因而導致錯得多這樣的 trade off (用速度換取正確率) 已經有許多先前的研究支持，大腦在做深思熟慮或快速的決策用得是一樣基礎的方法，但快速決策時，為了縮短決策時間，大腦便減少了在前額葉與頂葉皮質的特定神經元累積活化的情況。也因為大腦做快速決策時，比起深思熟慮是根據較少的訊息，也因此增加了錯誤的可能性。

然而，還沒有研究針對決策的歷程在單一的大腦神經細胞神經元上。雖然，要做一個證實以決策速度換取正確率的人類實驗並不難，但若想要測量人腦的神經元活化情況，目前尚無可以達到如此高解析度或時間的方法；相對的，要在猴子身上做一個測量單一神經元活化情況的實驗已經有方法，不過要怎麼訓練他們改變決策時間的長短則是個難題。

Heitz 與 Schall 發展出一套方法，教猴子在視覺搜尋實驗中，改變快速決策或是精準決策，在電腦畫面中找出目標物並進行眼動。在其中一個實驗情況是，猴子學習到，只有當他們做出精準決策時才有獎賞(有果汁可以喝)；另一種情況是，稍微犯些錯誤沒有關係，只要反應得夠快就有獎賞。同時，研究者偵測猴子的前

額葉眼動區（Frontal Eye Field, FEF）的神經元。

Heitz 說：「我們的實驗就像兩個不同的電視遊戲節目。第一個是益智搶答遊戲，像是《危險境地》（Jeopardy）。參賽者為了要搶答，必須搶先其他人，第一個按鍵。按了鍵卻答錯雖然很糗，但要是按鍵就搶輸人，則不會有回答的機會。這和第二個遊戲的邏輯天差地遠，像是《百萬小學堂》，有答題的時間限制，可以準備好再回答，但答錯了可就問題大了。」

這在實驗結果裡面也清楚呈現，當答題情境像是《危險境地》必須快速搶答時，神經元的情況幾乎在還沒仔細讀題目之前就開始活化，Heitz 說：「我們都經驗過的那種做準備的主觀感覺，似乎也反應在前額葉的神經元活化情形。」相較之下，在《百萬小學堂》，要講究高正確率回答問題的情況時，神經元在答題之前的活化顯著的較低。

這樣的結果，一方面同意以往的理論——大腦用一樣的歷程進行不同情況的決策——但「第二個結果則很讓我們震驚，挑戰了我們已知的『決策』。」Schall 說。回到剛剛的遊戲節目舉例，當《危險境地》和《百萬小學堂》的參賽者都遇到了一個相同的問題，前額葉的神經元在參賽者決定如何回達時會增加活化情形。但是，這個研究發現，在《危險境地》的情境，活化情況被擴大，而《百萬小學堂》的情境卻縮小。

Schall 說：「這意味著，在相同資訊提供給參賽者時，大腦分析他的方式在有速度壓力與正確率壓力時是不一樣的。」這個不在預期之內的結果具有爭論性也相當重要，因為這與目前用在了解心理與神經疾病的數學決策模型有衝突。例如，某些腦傷病人在做倉促或衝動決定時會「卡住」，而這些模型說明大腦裡的運作機制可能是怎麼運行。

所以，欲速真的一定不達嗎？Schall 認為，不一定：「當做『一個錯誤可能造成嚴重後果』的決策時，就會欲速則不達。但人生有許多情境在什麼都不做時所付出的比起做一個錯的決策還要高，例如決策是否關閉一個存在潛在危機的核反應爐，我寧願快點決策。」

[新聞閱讀]

<http://tw.news.yahoo.com/%E6%AC%B2%E9%80%9F%E5%89%87%E4%B8%8D%E9%81%94-142934684.html>

[延伸閱讀]

Article: Neural Mechanisms of Speed-Accuracy Tradeoff

Source: Neuron. Nov 8, 2012: 76(8), p616-628. DOI: 10.1016/j.neuron.2012.08.030

Full text: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0896627312007672>

註：新聞閱讀有可能因新聞網站已移除新聞而無法連結

相關資料亦歡迎至成大醫分館醫藥新知廣場公佈欄參閱
任何詢問，歡迎請洽分機 5122 參考服務 或

E-mail: medref@libmail.lib.ncku.edu.tw

成大醫分館 參考服務 彙整

注意：此封通知由系統自動發送，請勿直接回覆，聯繫醫分館可透過上述電話與
Email，謝謝您。