

【成大醫分館 4 月(下)醫學新知與延伸閱讀】

一、[母體缺維他命 D 嬰兒易蛀牙](#)

[延伸閱讀] Prenatal Vitamin D and Dental Caries in Infants.

二、[血糖低… 夫妻易吵架](#)

[延伸閱讀] Safety, pharmacokinetics, and preliminary assessment of efficacy of mecasermin (recombinant human IGF-1) for the treatment of Rett syndrome.

三、[治療創傷症候群 K 他命證實有效](#)

[延伸閱讀] Efficacy of Intravenous Ketamine for Treatment of Chronic Posttraumatic Stress Disorder: A Randomized Clinical Trial.

四、[研究：每天喝 1.5 杯咖啡 罹糖尿病風險降 11%](#)

[延伸閱讀] Changes in coffee intake and subsequent risk of type 2 diabetes: three large cohorts of US men and women

五、[年輕人抽大麻 恐致嚴重心臟病](#)

[延伸閱讀] Cannabis Use: Signal of Increasing Risk of Serious Cardiovascular Disorders

《詳細醫學新知內容與延伸閱讀出處，請繼續往下閱讀……》

一、[母體缺維他命 D 嬰兒易蛀牙](#)【[台灣醒報 2014/4/22](#)】

媽媽要補充維他命 D，寶寶才不會蛀牙！《小兒科醫學》一項研究指出，孕婦體內的維他命含量若過低，可能會導致在體內的胎兒在牙齒形成初期就出現蛀牙或缺乏琺瑯質的狀況。科學家認為，母親應在懷孕期間補足維他命 D，避免上述狀況發生。

此研究團隊由加拿大曼尼托巴大學牙醫學院教授許洛斯領導，實驗設計如下：先從都市內貧窮區域找來 207 名懷胎 6 至 7 個月、平均年齡 19 歲的孕婦，檢測其體內的維他命 D 比例，再觀察她們產下的 135 名嬰兒於 16 個月大時的狀況。約有 3 分之 1 孕婦體內的維他命 D 比例偏低，有蛀牙嬰兒的比例為 23%，有琺瑯質缺乏症狀的嬰兒比例為 22%。

研究結果發現，長有蛀牙的嬰兒，其母親孕期體內維他命 D 較低的比例，顯著高於沒有長蛀牙嬰兒的母親，許洛斯據此認為，低維他命 D 和嬰兒的蛀牙及琺瑯質缺乏

有直接關係，但由於取樣並非完全隨機，推論的強度並不夠強。

研究人員認為，若能在嬰兒牙齒形成的初期和發育早期，透過適當飲食或直接攝取來補足母體所需的維他命 D，就能減少蛀牙風險。

不過，西雅圖華盛頓大學牙醫學院教授胡霍爾則持反對看法。他認為，孕婦應以自然的方式適量補充維他命 D，如曬太陽、食用鮭魚、黃鰭金槍魚、洋菇或蛋類等食物，而攝取較少碳水化合物也能降低身體對維他命 D 的需要。此外，由於糖類易造成蛀牙及燃燒維他命 D，孕婦也應避免攝取。

根據衛福部資料，1 千國際單位約為 25 微克，而只要在太陽下曬上 10 分鐘，就能補充 3 千國際單位的維他命 D。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Prenatal Vitamin D and Dental Caries in Infants.

Source: Pediatrics. 2014 Apr 21. [Epub ahead of print].

DOI: 10.1542/peds.2013-2215.

Full text: [全文瀏覽](#)

二、血糖低… 夫妻易吵架【台灣新生報 2014/4/16】

有些人會突然對另一半看不順眼、感覺很不耐煩，為了一點小事就想對另一半發飆，這可能是血糖偏低造成。美國俄亥俄州立大學研究人員發現，血糖偏低的人較容易對另一半發飆，對另一半會比較有攻擊性。因此出現這種現象時，最好去驗一下血糖，看看是否有血糖偏低問題，或者趕快讓發飆的人吃點含糖食物、碳水化合物食物，也許就比較不會吵架。

研究團隊進行二十一天研究，以一百零七對夫妻為研究對象，請這些夫妻每晚測一次血糖，結果發現，從血糖數值可以預測這人當晚會不會對另一半發飆、會不會產生爭吵。

當研究持續二十一天後，研究人員發現，血糖較低的人很容易對另一半不耐煩，講話聲音會比較大聲，與血糖濃度高的人相比，生氣、不開心的時間也拖得比較久。

研究首席作者美國俄亥俄州立大學溝通與心理學教授布拉德·布西曼表示，從研究結果來看，當一個人因為血糖偏低而感覺飢餓時，就很容易與另一半爭吵，有時甚至可能產生家庭暴力。若發現有血糖偏低情況，只要吃點含糖食物或碳水化合物食物。就能讓血糖快速回升。

布西曼教授指出，當一個人飢餓、血糖偏低時，脾氣往往就會變得很暴躁，此時就容易出現一些暴怒、抓狂行為，結果身邊最親密的人就會遭殃。有的人平常與另一

伴關係很好，血糖偏低時還是照樣發脾氣。

為什麼血糖偏低會讓人更容易暴怒、具攻擊性？布西曼教授解釋，大腦運作需要糖份做燃料，大腦重量雖然只占全身體重百分之二，但所有熱量當中有兩成熱量負責供應大腦組織，大腦這種器官很需要熱量、能量。大腦如果要控制怒氣、攻擊衝動，就需要很多能量，能量不足時，大腦控制力量就會減弱。

這項研究近日已發表於「美國國家科學院院刊」(PNAS)。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Safety, pharmacokinetics, and preliminary assessment of efficacy of mecasermin (recombinant human IGF-1) for the treatment of Rett syndrome.

Source: Proc Natl Acad Sci U S A. 2014 Mar 25;111(12):4596-601. Epub 2014 Mar 12.

DOI: 10.1073/pnas.1311141111.

Full text: [全文瀏覽](#)

三、治療創傷症候群 K 他命證實有效【台灣醒報 2014/4/20】

第三級毒品 K 他命竟成醫療利器？知名科學期刊 JAMA 最新研究發現，K 他命對於治療創傷後壓力症候群 (PTSD) 有顯著療效。不但能夠在短時間內減輕症狀，長期下來也能夠緩解因 PTSD 所導致的身心狀況失調問題，其效果比過去常使用的鎮定劑、安眠藥更好，且風險也較低。

創傷後壓力症候群是指人在遭遇或對抗重大壓力後造成心理狀態失調，如在孩童時期遭受身心虐待、經歷性侵害、戰爭、嚴重車禍、目睹親人、愛人死亡、自然災害等，可能會因而導致惡夢、性格大變、易怒、失憶等症狀，進而引發重度憂慮、一般性焦慮失調或各種成癮症狀。

【K 他命效果顯著】

此次由紐約西奈山伊坎醫學院研究人員費得所主持的實驗，找來了 57 位患者，並從中篩選出 41 名符合資格的受試者。他們隨機注射 0.5 毫克的 K 他命或 0.045 毫克的鎮定安眠藥「速眠安」，並在 1 周內規律施打。到了第 2 周，則選相對的另一種藥物施打。

根據 Medpage Today 報導，當研究者使用 K 他命靜脈注射治療後發現，其效果遠比注射速眠安來的更好。當病人首次施打後進行 IES-R 創傷事件影響量表評估時，注射 K 他命的病人從 46 分降到 14 分，而施打速眠安的病人僅從 48 分降到 25 分。然而兩種藥劑都存有副作用，使用 K 他命的患者產生特別明顯的情感解離症狀，但僅持續幾小時後便消退，也沒有產生瘋狂的情形。

【風險較鎮定劑更低】

亞特蘭大艾默理大學的創傷焦慮回復實驗主持人羅斯巴姆表示，此一研究對於 PTSD 治療有很大的突破，「過去就有研究指出，K 他命能夠幫助治療憂鬱症和強迫症，但這是首次發現 K 他命對於創傷後壓力症候群也有顯著的療效。」另一位研究者卡羅指出，K 他命過去本來就是用於手術麻醉劑，因此對於人體不會有害，反而是其他種類的鎮定劑比 K 他命帶來的風險更大。

Medscape 指出，儘管 K 他命的注射能夠明顯改善 PTSD 和綜合性憂鬱症症狀，但此實驗還必須要擴大測試，並重複檢視 K 他命的的使用安全性，避免重複注射的成癮性，才能真正用於臨床治療。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Efficacy of Intravenous Ketamine for Treatment of Chronic Posttraumatic Stress Disorder: A Randomized Clinical Trial.

Source: JAMA Psychiatry. 2014 Apr 16. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2014.62.

Full text: [全文瀏覽](#)

四、研究：每天喝 1.5 杯咖啡 罹糖尿病風險降 11%【優活健康網 2014/4/27】

喝不喝咖啡，正反面論述的研究從來沒有停過，但近期美國哈佛大學公共衛生學院，提出了最新的研究報告指出，有喝咖啡習慣的人，其罹患第二型糖尿病的風險將降低一成左右。

喝咖啡 請喝無糖、無奶精

研究根據追蹤十二萬名衛生部員工的飲食習慣所得出，平均每二到四年追蹤一次，共持續二十年，研究發現，受測者在四年間，每天取一杯半的咖啡，其罹患糖尿病的風險明顯降低一成。

研究人員稱，咖啡攝取量的改變，似乎能在相對短的時間影響罹糖尿病機率。但也提醒民眾，雖然咖啡卻有可能提高身體的基礎代謝率，減少罹患糖尿病的風險，但喝咖啡若有加糖或奶精，對於健康則很可能出現負面影響。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Changes in coffee intake and subsequent risk of type 2 diabetes: three large cohorts of US men and women.

Source: Diabetologia. 2014 Apr 26. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1007/s00125-014-3235-7

Full text: [全文瀏覽](#)

五、年輕人抽大麻 恐致嚴重心臟病【法新社 2014/4/25】

法國研究今天指出，吸食大麻的年輕成人可能會有嚴重，甚至致命的心臟問題風險。隨著更多國家放寬大麻的使用限制，加上醫藥用大麻在治療某些健康問題也愈來愈普及，這篇發表在「美國心臟協會期刊」(Journal of the American Heart Association) 的研究，引發大麻安全性的新隱憂。

在這項研究中，心臟併發症的風險看起來不大。在 2006 年至 2010 年間，近 2000 人因大麻導致的併發症就醫。

但其中 35 人，相當於 2%，發生心臟病發或大腦動脈與四肢相關的循環問題。

研究人員表示，更大的隱憂在於高死亡率，出現心血管併發症的患者中，有 1/4 死亡。

分析也發現，通報心血管併發症的百分比在 2006 年至 2010 年間超過 3 倍。

研究主持人、法國土魯斯大學中心醫院 (Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse) 的朱安尤斯 (Emilie Jouanjus) 說：「大眾認為大麻無害，大麻可能危害健康的資訊必須讓大眾、政策制定者與醫護人員知道。」

朱安尤斯說：「大麻對心血管的負面影響已有充分證據，尤以年輕人傷害最大。」

朱安尤斯表示，醫師應該認知到大麻伴隨的心臟疾病風險，以及對某些患者而言，大麻可能會導致心血管疾病。(譯者：中央社陳怡君)

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Cannabis Use: Signal of Increasing Risk of Serious Cardiovascular Disorders.

Source: J Am Heart Assoc. 2014 Apr 23;3(2):e000638.

DOI: 10.1161/JAHA.113.000638

Full text: [全文瀏覽](#)

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。