

【成大醫分館 6 月(上)醫學新知與延伸閱讀】

一、基因檢測：大多數乳癌早期患者毋須接受化療

[延伸閱讀] Adjuvant Chemotherapy Guided by a 21-Gene Expression Assay in Breast Cancer.

二、加國新研究：糖尿病友每天一把堅果有效穩定血糖

[延伸閱讀] Nuts as a replacement for carbohydrates in the diabetic diet: a reanalysis of a randomised controlled trial.

三、瑞典研究：週末「補眠」可減少死亡風險

[延伸閱讀] Sleep duration and mortality – Does weekend sleep matter?

四、想勇敢點就來杯檸檬水？研究：吃「酸」可能會增加冒險行為

[延伸閱讀] Sour Promotes Risk-Taking: An Investigation into the Effect of Taste on Risk-Taking Behaviour in Humans.

五、晚期肺腺癌治療新契機 免疫療法已成抗癌顯學

[延伸閱讀] Atezolizumab for First-Line Treatment of Metastatic Nonsquamous NSCLC.

《詳細醫學新知內容與延伸閱讀出處，請繼續往下閱讀.....》

一、基因檢測：大多數乳癌早期患者毋須接受化療【關鍵評論 2018/06/04】

根據一項國際研究，基因檢測將令多達七成被診斷為早期乳癌、正接受化療的患者，不用再接受化療，只需服食藥物或動手術。醫學界形容，這種基因檢測足以在一夕間，改變治療乳癌的方向。

研究發現，對 21 個跟乳癌復發相關的基因進行檢測，足以評估患者是否有需要接受化療。報告已發表於期刊 the New England Journal of Medicine。負責這項研究的范德堡大學醫學中心 Ingrid A. Mayer 博士表示，基因檢測方法可以令數以千計、萬計的乳癌患者不用再接受毒性很強的化療。只需接受乳癌荷爾蒙治療（endocrine therapy）即可。

乳癌是女性最常見的癌症，根據世界癌症研究基金（World Cancer Research Fund International），單在 2012 年的新症就有 170 萬。傳統的化療可能對患者產生嚴重的副作用，包括貧血、掉髮、腹瀉、骨質疏鬆、疲憊，甚至心臟問題。

目前醫療界已經有對乳癌患者進行基因檢測。評定分數為 0-100，0-10 分的不用

做化療。25 分以上的要同時做化療及荷爾蒙治療，因為這些患者可能已有少量癌細胞擴散到肺部、肝臟或骨骼。問題是 11-25 分之間的患者，醫療界並不確定這些人是否需要做化療。

在是次研究，研究員於 2006-2010 年間監察 1 萬名在基因檢測中，得分為 11-25 分的乳癌患者的療程。當中一半人同時接受化療和荷爾蒙治療，一半人只接受荷爾蒙治療。

研究發現，只接受荷爾蒙治療的患者，在 9 年間，有 83.3% 人沒有復發。整組患者的存活率是 93.9%。而同時接受兩項治療的組別，存活率為 93.8%。

美國國家癌症中心癌症治療評估計劃 (National Cancer Institute's Cancer Therapy Evaluation Program) 副總裁 Jeffery Abram 表示，結果說明，對於 11-25 分的群組，化療其實沒有實際作用。

參與研究的患者中，有三成屬於有癌細胞藏於其他器官，建議接受為期約 6 個月的化療。另外，要留意的是研究把絕經前、得分介乎 16-25 分患者分開來評估，原因是這些患者的癌細胞傾向惡性，所以都會建議同時接受化療。

慈善組織 Breast Cancer Care 發言人 Rachel Rawson 表示，這是革命性的突破：「每天多少乳癌患者面對艱難的抉擇：到底是否接受化療。……這項研究能為數以千計的女士解除煩惱。」

美國美國臨床腫瘤學會 (American Society of Clinical Oncology) 的 Dr Harold Burnstein 認為，研究將即時改變乳癌治療的方向。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Adjuvant Chemotherapy Guided by a 21-Gene Expression Assay in Breast Cancer.

Source: N Engl J Med. 2018 Jun 3. [Epub ahead of print].

DOI: 10.1056/NEJMoa1804710.

Full text: [全文瀏覽](#)

二、加國新研究：糖尿病友每天一把堅果有效穩定血糖【風向新聞 2018/06/12】

很多人因為堅果含有豐富的油脂影響血糖敬而遠之，不過根據一項最新研究，堅果營養價值，對控制血糖更是好處多多。糖尿病友每天吃一把的綜合堅果，對於穩定第 2 型糖尿病有顯著效果。

綜合外媒報導，堅果雖然含有油脂，對血糖有一定影響，但其實這只是片面認識。加拿大多倫多大學 (University of Toronto) 日前針對 117 名服用降血糖藥的第 2 型糖尿病成年患者實驗。研究人員首先將病友分為 3 組，第 1 組每日吃 75 克綜

合堅果、第 2 組吃 3 個全麥鬆餅、第 3 組則吃一半份量的綜合堅果。3 個月後，研究人員每 2 周檢驗血糖濃度後發現，第 1 組試驗者的血糖明顯控制良好。研究結果發表在《糖尿病學》(Diabetologia)。

研究人員表示，3 組受試者所攝取的熱量大同小異，由於堅果能提供優良的不飽和脂肪與較少影響血糖的碳水化合物，不僅可幫助降低血液中壞的膽固醇，且 Omega-3 脂肪酸有助於體內發炎指標下降。

另一項研究也指出，堅果有保護動脈內壁健康的功效，適量攝取能有效預防心血管疾病，保持血液流通、預防心臟病。這次實驗使用的綜合堅果，主要由去鹽杏仁、開心果、核桃、山核桃、榛子、花生、腰果和澳洲堅果組成。

專家表示，堅果是適合當作養生的好食物，除了有上述的好處，堅果中的卵磷脂，可活化腦細胞，對於增強頭腦靈活也很有幫助。「不過，病友最好還是選擇非油炸、不加調味、而且不包括花生的堅果最有效」。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Nuts as a replacement for carbohydrates in the diabetic diet: a reanalysis of a randomised controlled trial.

Source: Diabetologia. 2018 May 23. [Epub ahead of print].

DOI: 10.1007/s00125-018-4628-9.

Full text: [全文瀏覽](#)

三、瑞典研究：週末「補眠」可減少死亡風險【自由時報 2018/06/02】

最近一項研究指出，每晚只睡 5 小時的成人，死亡風險增加高達 65%。但有趣的是，平日只睡 5 小時，但在週末「補眠」的成人，壽命與每天睡眠健康的人士相同。

這項研究發表於《睡眠研究期刊》(Journal of Sleep Research)，並分析超過 38,000 名成人的數據。這些數據是 1997 年在瑞典進行的一項醫學調查所收集的資料，並對參與者進行長達 13 年的追蹤。

該研究的作者瑞典斯德哥爾摩大學壓力研究中心 (Stress Research Institute, Stockholm University) 教授奧克斯泰特博士 (Torbjörn Åkerstedt) 表示：「睡眠時間對壽命有很重要的影響。」

研究人員發現，65 歲以下成人每天睡眠少於 5 小時，其死亡風險遠高於睡眠持續 6 到 7 小時的成人。不過，幾天的短暫睡眠可以經由之後的補眠彌補。研究發現，平日只睡幾小時，但在週末長時間睡眠的人，與每晚睡 6 到 7 小時的人相比，

死亡風險並未提升。

在考慮性別、身體質量指數（BMI）、抽煙、運動和輪班工作等因素後，結果顯示，65 歲以下每天睡眠少於 5 小時的人，其死亡率比每天睡眠 6 到 7 小時的人增加 65%。不過，平日睡眠少於 5 小時，但在週末睡眠超過 8 小時的人，死亡風險並未增加。

然而，每天睡眠超過 8 小時的人，與每天睡眠 6 到 7 小時的人相比，死亡率增加了 25%。

該研究還發現，65 歲以上老人的睡眠模式和死亡率之間並無顯著差異，這可能是因為老年人獲得了所需的睡眠。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Sleep duration and mortality – Does weekend sleep matter?

Source: J Sleep Res. 2018 May 22:e12712. [Epub ahead of print].

DOI: 10.1111/jsr.12712.

Full text: [全文瀏覽](#)

四、想勇敢點就來杯檸檬水？研究：吃「酸」可能會增加冒險行為【科技新報 2018/06/12】

英國薩塞克斯大學一項新研究指出，酸味可能會增加一個人的冒險行為。研究人員認為，患有焦慮症或抑鬱症的人或許可從含酸飲食受益，增加冒險行為以鼓起勇氣和陌生人交談；但如果以強調安全為守則的職業如機師，日常飲食就要試著減少酸性食物攝取。

該研究強調，酸味並不會導致人們養成魯莽的冒險習慣，但確實具有調整冒險行為的獨特性質，研究人員尚不清楚大腦內發生了什麼導致兩者產生關連，但或許能成為鼓勵人們創造機會的新管道。

冒險可能產生負面效果，也可以形成正面效果，對一些人來說，冒險是他們的人生信條，沒有冒險的生命索然無味；想要有一番新氣象、新作為，大膽冒險之心也是不可或缺的條件。由英國薩塞克斯大學 Sussex Computer Human Interaction（SCH I）實驗室研究人員 Chi Thanh Vi 領導的一項新實驗研究表明，無論這個人本身愛不愛冒險、思維方式有多不同，酸味都會促進個人冒險行為。

研究中共 168 名來自英國與越南的參與者，隨機飲用苦味、鹹味、酸味、甜味、鮮味（umami）及中性礦泉水溶液。接著所有人參與類風險氣球實驗（Balloon

Analogue Risk-Taking, BART)——一種冒險行為的測量：你手中氣球充氣越多，贏的錢就越多，但如果氣球爆裂你將失去一切，你可以隨時中止氣球充氣並兌換現金，也可以為了更優渥獎金而繼續撐著。

研究結果發現，飲用酸性檸檬水的參與者以比其他人都還要高的頻率為氣球打氣：比飲用蔗糖水(甜味)的參與者高 39%、比飲用咖啡(苦味)的參與者高 20.5%、比飲用鹽水的參與者高 16.03%、比飲用含味精(鮮味)水的參與者高 40.29%，不管個體是屬於直覺性格還是分析性格，酸味都會促進冒險行為。

研究人員表示，冒險影響可持續至少 20 分鐘，且他們相信還可以持續更長時間，取決於酸消耗的速度。

Chi Thanh Vi 說，我們知道當人們做出某種行為後會發生什麼，但我們缺少跟蹤不同口味如何影響決策的神經傳遞路徑，研究人員接下來準備探討的便是酸味究竟對大腦造成哪些變化。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Sour Promotes Risk-Taking: An Investigation into the Effect of Taste on Risk-Taking Behaviour in Humans.

Source: Sci Rep. 2018 Jun 7;8(1):7987.

DOI: 10.1038/s41598-018-26164-3.

Full text: [全文瀏覽](#)

五、晚期肺腺癌治療新契機 免疫療法已成抗癌顯學【聯合新聞網 2018/06/08】

晚期肺腺癌治療出現新契機，2018 美國癌症醫學年會正式發表最新 IMpower150 研究報告，化療、標靶、免疫藥物等三合一、雞尾酒療法被證實不管 PD-L1 的表現量高低，或基因是否變異，均能有效延長病人存活率，進一步分析基因變異族群產生標靶抗藥性瓶頸，以及肝轉移存活較差的兩個次族群的治療效果，則可降低近 5 成死亡風險。

遠赴美國，參與這項醫學盛會的台北榮總腫瘤醫學部顧問教授蔡俊明指出，這次大會重點為免疫療法的突飛猛進。臨床研究成功率遠遠高於失敗，相關研究發表上千篇，令人興奮。如果以燈火來比喻標靶藥物，那免疫療法如同太陽，一旦升起，將終結黑暗，此時免疫療法如同破曉黎明，未來發展充滿想像空間。

IMpower150 證實，化療、抗血管新生、免疫藥物等三合一療法對於晚期肺腺癌的療效，蔡俊明比喻，化療有如點火器，而標靶藥物則負責清除路障，免疫藥物

則打開自體免疫系統的煞車，讓消防車（免疫細胞）直衝入火場，殺死癌細胞。該項研究負責人為佛羅里達醫院癌症中心教授醫師 Mark A. Socinski，6 月 5 日於美國癌症醫學會發表這項跨國晚期肺腺癌大規模研究，共有 26 個國家、1202 名晚期肺癌患者參與此臨床試驗，台灣則包括台大、北榮、林口長庚、彰基、馬偕、三總等 13 家醫學中心。

「這是一項劃時代的肺腺癌治療藥物三代同堂創新研究」Mark A. Socinski 說，傳統晚期肺腺癌治療以化療為主，十幾年前加入標靶藥物，但並非每個晚期肺腺癌患者都能用標靶藥物，即使符合資格，在用藥後一兩年後，將因抗藥性而失去療效，這項研究將老中新三代藥物結合在一起，為晚期肺癌治療開啟了新紀元。據統計，台灣肺癌患者以肺腺癌為主，其中 6 成基因突變，過去腫瘤醫界認為基因突變的肺腺癌患者，免疫治療的效果有限，不過，標靶藥物終將產生抗藥性，IMpower150 是全世界第一也是目前唯一正式發表的研究，讓癌友在化療時，也加上抗血管新生標靶藥物以及免疫藥物，等於是三合一、雞尾酒治療，結果證實，可有效降低近 5 成死亡風險。

在肺癌肝轉移部分，一般來說，肝轉移的肺癌患者大多只能活幾個月，治療效果相當差，該項研究發現，接受三合一治療，可延長整體存活期，同樣降低近 5 成死亡風險。

總結來說，IM150 研究證實，三合一三代同堂療法可以達到救多（基因突變肺腺癌患者）、救急（肺癌肝轉移患者）等兩大目標，正因如此，該項研究也登上醫界重量級醫學期刊 NEJM（新英格蘭期刊）。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Atezolizumab for First-Line Treatment of Metastatic Nonsquamous NSCLC.

Source: N Engl J Med. 2018 Jun 14;378(24):2288-2301. Epub 2018 Jun 4.

DOI: 10.1056/NEJMoa1716948.

Full text: [全文瀏覽](#) (點選第二個 Full Text 連結: New England Journal of Medicine)

註：1. 醫學新知報導與延伸閱讀服務旨在引導讀者利用圖書館內的電子期刊資源，閱讀醫學新聞引用的期刊資料原文，圖書館如實提供網路新聞內容供讀者客觀檢視新聞報導內容之客觀性、正確性與可靠性；2.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[成大醫分館醫學新知報導與延伸閱讀網頁](#)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