

【成大醫分館 3 月(上)醫學新知與延伸閱讀】

[一、護理品香氣迷人卻含塑化劑 台灣研究：減少使用保護胎兒](#)

[延伸閱讀] Personal care products use and phthalate exposure levels among pregnant women.

[二、中研院最新研究登上國際期刊 胰腺癌關鍵曝光了](#)

[延伸閱讀] High Glucose Triggers Nucleotide Imbalance through O-GlcNAcylation of Key Enzymes and Induces KRAS Mutation in Pancreatic Cells.

[三、研究：飲食攝取這兩樣東西有助預防失智](#)

[延伸閱讀] Combined treatment with the phenolics (-)-epigallocatechin-3-gallate and ferulic acid improves cognition and reduces Alzheimer-like pathology in mice.

[四、老人當心 新研究：遛狗升高老人骨折風險](#)

[延伸閱讀] Fractures in Elderly Americans Associated With Walking Leashed Dogs.

[五、電視少看些！研究：老人看太多電視會加速記憶力衰退](#)

[延伸閱讀] Television viewing and cognitive decline in older age: findings from the English Longitudinal Study of Ageing.

《詳細醫學新知內容與延伸閱讀出處，請繼續往下閱讀.....》

一、護理品香氣迷人卻含塑化劑 台灣研究：減少使用保護胎兒【Heho 2019/3/11】

個人保養護理產品常常具有迷人的香氣，或是清新、或是濃郁、或是甜蜜。但是，你可能不知道，為了讓香味持久，這些產品都添加了定香劑，而最常使用的定香劑就是「鄰苯二甲酸二乙酯(DEP)」塑化劑。

近日，由國家衛生研究院國家環境醫學研究所研究員王淑麗，與國立陽明大學、高雄醫學大學及慈濟大學合作的研究團隊指出，尿液中塑化劑代謝物濃度與個人護理產品使用有明顯的關係。研究登上國際期刊《整體環境科學》(Science of the Total Environment)，是國際上首次針對完整孕期量測尿液中塑化劑代謝物濃度的研究。

一般來說，DEP 的暴露雖然無法避免，但是 DEP 不像一些污染物容易在體內累積造成傷害，身體可以自行代謝。不過如果 DEP 濃度過高，還是可能增加體內代謝的時間。王淑麗表示，懷孕期間對於胎兒發育很重要，許多研究已證實，懷孕期間暴露於 DEP，可能造成內分泌干擾等健康效應。

高雄醫學大學臨床醫學研究所所長吳明蒼補充，對胎兒造成的影響包括了免疫系統的異常，進而導致像是上呼吸道疾病、氣喘等問題。團隊建議孕婦於懷孕期間減少使用個人保養護理產品的頻率，以避免鄰苯二甲酸酯的暴露，從而降低對胎兒的影響。

避免過度使用留滯型皮膚調理劑

研究團隊建議，降低含香氣個人照護用品的使用，可以降低暴露劑量。對於進入體內的塑化劑，由於已代謝為親水性物質，可以多喝白開水或運動流汗，均有助於經由尿液、汗液排出體外。

懷孕婦女應避免過度使用留滯型皮膚調理劑（乳液、化妝水、唇膏、化妝品、髮膠、精油及香水），並減少塗抹口紅和精油薰香，使用的洗髮精則留意成分，看是否含有塑化劑，同時，也鼓勵懷孕婦女應注重臉部清潔及常用肥皂洗手，以減少塑化劑的暴露。在使用這些個人保養護理產品時，應盡量避免使用具香味的產品。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Personal care products use and phthalate exposure levels among pregnant women.

Source: Sci Total Environ. 2019 Jan 15;648:135-143. Epub 2018 Aug 11.

DOI: 10.1016/j.scitotenv.2018.08.149.

Full text: [全文瀏覽](#)

二、中研院最新研究登上國際期刊 胰腺癌關鍵曝光了【風傳媒 2019/3/8】

體育主播傅達仁、名嘴劉駿耀等人死於胰腺癌，中央研究院研究最新發現，糖代謝異常是患者罹患胰腺癌的關鍵原因，因此只要減少糖分攝取，就可以有效預防胰臟癌的發生。

中央研究院今（8）日舉行「預防胰腺癌研究成果發表」記者會。中研院基因體研究中心特聘研究員李文華率領的研究團隊首度發現，糖代謝異常是導致胰腺癌的關鍵原因，因此要降低罹癌風險，只要避免攝取「高糖」就可以。

多胰腺癌患者確診已末期 存活率平均最高僅半年

胰臟負責提供消化系統「酵素」及「胰島素」，以目前的醫療數據來看，由胰島產生癌細胞造成的癌症，約占胰臟癌的5%。其餘95%都是在胰臟腺管癌症，稱為「胰腺癌」，病人平均存活率僅3至6個月。

中研院基因體研究中心研究助技師胡春美說，胰腺癌初期症狀並不明顯，通常8

成患者確診時已是末期，其中僅 2 成病患可以接受手術治療，但即使手術成功，也有 8 成病患會再復發或轉移，因此，了解生成機制，不僅能發展標靶藥物，更能達到預防勝於治療的效果。

胰臟代謝故障 進而導致 KRAS 基因突變

胡春美表示，過去僅知道 80% 的胰腺癌與糖尿病有關，但卻不確定其因果關係，不過根據他們的最新研究證實，糖代謝異常是患者罹患胰腺癌的關鍵原因。

研究結果顯示促進細胞生長與存活的 KRAS 基因突變只會發生在罹患糖尿病的胰腺癌患者的正常細胞內，胡春美表示，也就是說當胰臟代謝作用出了問題，就會導致基因組受損，進而導致 KRAS 基因突變。

她解釋，當 KRAS 基因突變時，細胞就會異常分裂，導致生成腫瘤細胞，研究也發現有超過 94% 的胰腺癌患者有 KRAS 基因突變。

至於為何胰臟代謝出問題會導致基因組損傷，胡春美說，人體攝取葡萄糖後會產生「去氧核糖核苷三磷酸」(dNTP)，dNTP 也是基因組生成和複製不可或缺的材料。

胡春美表示，當人體攝取過多葡萄糖，將會增加胰臟細胞內蛋白質醮化狀況，並導致調節 dNTP 量的核糖核苷酸還原酶 (RNR) 降低活性，就會讓 dNTP 產量不足，導致修復基因組在複製、修復時產生錯誤且產生損傷。

少糖飲食顧健康 台大醫：也不應該不攝取

台大醫院消化內科醫師張毓廷說，一般空腹血糖平均為 100mg/dl，但如果長期空腹血糖平均在 200mg/dl，就很有可能導致細胞損傷，就會造成胰腺癌的產生，因此建議民眾要「少糖」飲食，儘量少接觸高糖分的手搖飲等食品。

他也強調，飲食應該要均衡，糖分也是對人體很重要的能量來源，因此也不應該拒絕攝取。

除此之外，胡春美指出，研究也證實，高糖僅對胰腺癌有高度關聯，但對於肺癌、大腸癌等癌症疾病，卻沒有直接關聯。

中研院表示，此研究已經在今年 3 月 7 日刊登於國際期刊細胞代謝 (Cell Metabolism)。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: High Glucose Triggers Nucleotide Imbalance through O-GlcNAcylation of Key Enzymes and Induces KRAS Mutation in Pancreatic Cells.

Source: Cell Metab. 2019 Mar 4. pii: S1550-4131(19)30069-5. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1016/j.cmet.2019.02.005.

Full text: [全文瀏覽](#)

三、研究：飲食攝取這兩樣東西有助預防失智【中時電子報 2019/3/8】

美國南加州大學等機構研究人員最新研究發現，實驗小鼠在聯合攝入綠茶中的多酚類活性成分 EGCG 和存在於糙米等食物中的阿魏酸，成功逆轉了阿茲海默症症狀。

阿茲海默症是一種常見的失智症。研究人員表示，許多小鼠實驗的新發現未必適用於人體。儘管如此，這一發現顯示，某些現有的植物補充劑或者改變飲食結構有助於預防阿茲海默症。

研究團隊在美國《生物化學雜誌》上介紹，他們將 32 隻患有阿茲海默症的實驗小鼠分成 4 組，每組再分別混入相同數量健康小鼠作為對比。在 3 個月時間里，研究人員根據小鼠體重給第一組小鼠攝入相應劑量的 EGCG 和阿魏酸作為飲食補充，第二和第三組小鼠各攝入其中一種成分，第四組作為對照組，飲食不添加任何一種成分。

在實驗前後，研究人員對小鼠進行了一系列神經心理學測試，發現經過「EGCG + 阿魏酸」組合療法的阿茲海默症小鼠改善了空間感和記憶力，在測試中的表現與健康小鼠相當。

阿茲海默症一大成因是貝塔澱粉樣蛋白在腦中積聚形成斑塊，導致腦細胞死亡，目前尚無有效療法。研究認為，EGCG 和阿魏酸可以阻止貝塔澱粉樣蛋白積聚形成斑塊，還能減少大腦中的神經炎症和氧化應激反應。

論文作者之一、美國南加州大學生理學和神經科學教授特倫斯·湯說，這一發現「讓我們很受鼓舞」，人們不需要花時間來等待阿茲海默症藥物推向市場，而是可以從今天開始調整飲食結構。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Combined treatment with the phenolics (-)-epigallocatechin-3-gallate and ferulic acid improves cognition and reduces Alzheimer-like pathology in mice.

Source: J Biol Chem. 2019 Feb 22;294(8):2714-2731. Epub 2018 Dec 18.

DOI: 10.1074/jbc.RA118.004280.

Full text: [全文瀏覽](#)

四、老人當心 新研究：遛狗升高老人骨折風險【天下雜誌 2019/3/7】

不少人以為帶寵物去散步會是很好的運動，不過新研究指出，如果你牽著繩子遛狗，可能升高老年人骨折的風險。

刊登於《JAMA 手術》醫學期刊的新研究發現，簡單的遛狗活動，很可能造成老人生活發生劇變的情況，而且這種意外正在增加。

這項研究檢視 2004-2017 年間全美國醫學急診部的病患，數據來自美國消費品安全委員會（US Consumer Product Safety Commission）的全國電子傷病監測系統。在這 13 年間，急診室有超過 3.2 萬 65 歲以上骨折患者，是因為牽繩子遛狗受傷。2004 年有 1671 人因此造訪急診室，2017 年掛急診的患者升到 4396 人。

撰寫研究的賓州大學學者認為，醫療工作者向年老病患提供運動建議時，應該特別注意患者是否有這種風險。

由於骨質密度隨著年紀增長下滑，以及跌倒頻率增加，老人本來就更可能發生骨折。

研究指出，必須遛狗的年長女性必須特別注意相關風險，身為女性本身就是骨折與骨疾病（如骨）的風險因子。這項研究中，有 78.6% 骨折發生於女性身上，「考慮養狗的年長女性必須知道這項風險」。

作者提醒，這項研究有其限制，儘管研究結果具統計顯著性，但只審視了掛急診的病患，也排除了較不嚴重或並非骨折的傷勢。

研究認為，長者必須注意牽繩子遛狗相關的風險，特別是獨居、骨質密度下降的老人。任何一種這類傷勢都可能導致致命的髖部骨折、終生的併發症，或喪失自理能力。

研究者建議養狗的患者，可以訓練狗不要突然向前衝刺，或飼養體型較小的狗。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Fractures in Elderly Americans Associated With Walking Leashed Dogs.

Source: JAMA Surg. 2019 Mar 6. [Epub ahead of print]

DOI: 10.1001/jamasurg.2019.0061.

Full text: [全文瀏覽](#)

五、電視少看些！研究：老人看太多電視會加速記憶力衰退【自由時報 2019/3/5】

有些退休老人常習慣看電視打發時間，不過英國一項研究卻指出，老年人每天看電視的時間越長，記憶力衰退幅度會越多，罹患失智症機率也將提高。

綜合媒體報導，刊登在《科學報告》（Scientific Reports）的研究在 2009 年分析了約 3500 名 50 歲以上老人每天看電視的平均時數，並在 6 年後追蹤老人的情況。結果發現，雖然老人的記憶力在 6 年裡都有下降，不過長時間看電視的老人記憶力下降更明顯。每天電視時間少於 3.5 小時的老人，語言記憶力下降約 4% 到 5%，每天看電視超過 3.5 小時的老人，語言記憶力則下降 8% 到 10%。研究人員指出，看電視會讓大腦處於被動接收資訊的狀態，這會減弱大腦的活動，讓老人的記憶力下降。參與研究的學者方考特（Dr Daisy Fancourt）也表示，看過多的電視還可能導致罹患失智症。

[新聞閱讀] [全文瀏覽](#)

[延伸閱讀]

Article: Television viewing and cognitive decline in older age: findings from the English Longitudinal Study of Ageing.

Source: Sci Rep. 2019 Feb 28;9(1):2851.

DOI: 10.1038/s41598-019-39354-4.

Full text: [全文瀏覽](#)

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