

期望台灣心臟血管疾病的“拐點”早日到來

(心臟預防委員會) 曾春典 主任委員

預防重於治療，是一句耳熟能詳的話，在心臟血管疾病的處置領域裡，也是一個重要的理念，雖然觀念如此明晰，但說起來容易，施行卻頗多難處。因此學會在很早以前就成立了心臟預防委員會，期冀能控制心臟血管疾病於無形。

衆所週知，要預防任何疾病，首要認識並找出其病因，從而加以治療或（無法治療的話）趨吉避凶，以免病因上身。心臟血管疾病亦然。然而心臟血管疾病是一種慢性疾病其病因往往不止一端，因而有諸多“危險因子”的說法。經過長時期的流行病學與臨床治療的研究，傳統的危險因子包括三高、抽煙、缺乏運動等已然為大家所熟悉，其治療與預防的措施也早就列於各種指引之中。然“徒善不足以為政，徒法不足以致行”。一方面民衆認知不夠，其成效需長時間施行才會出現；另一方面需政府於政策面有所著墨，才能達事半功倍的成果。先進國家如歐美諸國在心臟血管的疾病預防已展現效果，例如美國近年的統計呈現心臟疾病的發生率與死亡率已逐年下降，而分析其原因，歸結於預防措施者高達七成以上，而能歸因於治療的比例則甚微。

反觀台灣，心臟血管疾病仍高居死亡原因之首，與惡性腫瘤相當；而根據成大的研究，近幾年台灣地區急性心肌梗塞的發生率與盛行率也逐年增加，不知何年才會出現“拐點”（turning point，係指由遞增轉為遞減的轉捩點），因此預防醫學益見其重要性。

本屆心臟預防委員會（以下簡稱預委會），在林理事長的指示及全體委員的努力之下積極

參與預防心臟血管疾病的活動：於年會及季會中均規劃演講，包括對會員、地方醫事人員及一般民衆宣傳最新的研究成果及具體的預防措施。

在理論體系，除傳統的危險因子之外，近年來在環境心臟學的領域，包括空氣污染及環境荷爾蒙對心臟疾病的影響及致病機轉；在實務方面，從個人的身體力行乃至政府政策面的作為等，均將逐步安排於年會與季會之中。舉例言之，去年在台中舉行的秋季會裡，預委會即安排有餐飲（包括紅酒與地中海式飲食）與運動對心臟血管疾病的影響；年底在高雄舉辦的冬季會則揭櫫環境心臟學，並邀請台大公衛所的詹長權教授等人做專題演講，並在高雄市區舉辦通俗心臟學演講會。今年將在花蓮舉辦的春季會裡，我們已安排溫泉與熱療對心臟血管疾病的相關研討會；以後將陸續安排有特殊飲食（如客家烹飪）對心臟血管功能與疾病的影響等，希望將內容與地方特色相結合，請各位會員期待，並共襄盛舉。

另一方面，本會也與心臟基金會合作，利用世界心臟日、世界高血壓日的活動與民衆互動的機會，宣導心臟血管病預防的觀念與生活方式的實際演練。並藉由心臟基金會與出版商合作出版有關高血壓、高血脂及糖尿病的通俗醫學書籍。此外，也積極參與台灣菸害防治聯盟，共同為台灣的無菸環境而努力。

以上簡單介紹心臟預防委員會的一些作為與方向，盼我全體會員能齊心協力，做好各項治療之外，並注重預防工作，使台灣心臟血管疾病發生率與盛行率的“拐點”早日到來。

JNC “Eight” 或 JNC “Wait”

(高血壓委員會) 江晨恩 主任委員

高血壓是人類健康的第一殺手，每年因高血壓相關疾病之死亡人數超過八百萬，然而各國高血壓之控制率均偏低。最近一次之流行病學調查顯示，台灣高血壓之控制率約只有3成左右。有鑒於此，學會在2010年發表了第一版的高血壓治療指引，此指引以臨床為導向，廣受兩岸三地之內科醫師之好評，一共舉辦超過30場專題演講，參與醫師人數超過5000人次，而中英文之pocket book已賣出超過三萬冊。有鑒於高血壓診斷及治療之相關知識日新月異，因而修訂新版之高血壓治療指引遂成為本屆高血壓委員會之重點工作。雖然JNC “Eight”迄今尚未發表，甚至被戲稱為JNC “Wait”，我們仍需循證修改高血壓治療指引。本次高血壓委員會之重要工作項目如下：

一、修訂高血壓治療指引。重點修改項目包括：

1) When to initiate drug treatment ?

高危病患是否超過130毫米汞柱（收縮壓）或90毫米汞柱（舒張壓），即該治療？低危病患是否超過140毫米汞柱（收縮壓），即應治療？超過80

歲之老人病患是否超過140毫米汞柱（收縮壓），即應治療？及其他相關議題。

2) How low should we go ?

有鑒於J型曲線的被強調，對各種高危高血壓病患血壓控制到多低應予探討，尤其是糖尿病患者、冠心症患者、腎臟病患者及大於80歲之老年患者。

3) Which drug should we use ?

各種不同共病之高血壓該用何種藥治療？何時該使用3合一之複方藥物？

4) 高血壓之介入性研究：尤其是極為熱門之renal denervation。

二、在修訂高血壓治療指引前，舉辦多場workshop，凝聚共識，預計將舉辦四場。

三、在修訂版之高血壓治療指引發表後，將辦超過10場symposia，以推廣及實踐此指引。

我們期待新的高血壓治療指引，可以將台灣的高血壓控制率向上提升，有助於全民健康。