

多社交,心血管代谢性共病患者有好处

●本报记者 张思玮 见习记者 张帆

“心血管代谢性共病(CMM)与躯体、心理和认知功能的同步衰退存在关联,这在社交不活跃的CMM患者中尤为明显。”浙江大学公共卫生学院、浙江大学医学院第二附属医院教授徐小林接受《医学科学报》采访时表示。

近日,徐小林团队联合国外学者在BMC Medicine 期刊发表了《心血管代谢性共病、社交活动与中老年时期躯体功能障碍、抑郁症状和认知功能的联合轨迹:一项多队列研究》。研究显示,相对于健康或仅患单一疾病的人群,CMM患者在中老年时期躯体、心理和认知功能的下降速度更快,且更易出现多功能同时衰退。这种趋势在社交不活跃的人群中更为严重。

徐小林表示,该研究成果填补了过往研究在相关领域的空白,对于临床实践、公共卫生政策等方面具有重要意义。

CMM 患者躯体、心理和认知多功能同步衰退

“在过去几十年里,包括冠心病、卒中、糖尿病在内的心血管代谢性疾病(CMD)在全球范围内的负担持续增加,且同时患两种及以上CMD,即CMM的患病率也快速上升。”徐小林表示。但CMM患者的躯体功能障碍、抑郁症状和认知功能呈现何种长期变化轨迹,鲜有研究。

鉴于此,徐小林团队开展了多队列研究,汇集了来自中国、英国、美国和欧



图片来源:视觉中国

洲多国的四个大型前瞻性老龄化队列数据。研究共纳入73778名受访者,其中中国13667人(18.5%)、英国8205人(11.1%)、美国3368人(4.6%)、其他欧洲国家48538人(65.8%)。基线时受访者的平均年龄为63.4岁。在纳入研究的受访者中,20.0%基线时患有单一CMD,4.3%患有CMM。

研究发现,与没有CMD的人相比,患有单一CMD或CMM的受访者身体残疾、抑郁症状和认知功能在8年的随访期间持续处于较差水平。其中,身体残疾和认知功能的恶化速度更快。

通过联合轨迹分析,研究团队识别出了四种典型的功能变化轨迹:1.功能全面良好型(48.1%),躯体、心理和认知功能均保持良好状态;2.单纯认知功能下降型(32.6%),躯体和心理功能稳定,但认知功能逐渐下降;3.心理与认知同步下降型(14.6%),心理和认知功能同时恶化,但躯体功能良好;4.功能全面下降型(4.7%),躯体功能快速恶化,同时伴有心理和认知功能下降。

研究发现,CMD或CMM患者呈现“单纯认知功能下降”“心理与认知同步下降”“功能全面下降”三种不良轨迹的风险显著升高。其中,患有CMM的人群出现“功能全面下降”轨迹的风险是非CMM患者的3.43倍。

社交或可缓冲CMM 患者多功能衰退

值得一提的是,该研究还特别引入了“社交活动参与情况”这一调节因素。

“社交活动指的是独立于工作和日常生活以外,为了愉悦心情或丰富精神生活而进行的休闲活动,比如打牌、打麻将、参加志愿活动等。现有证据表明,CMM患者由于疾病状态,参加的社交活动往往偏少。然而,此前并没有研究探讨社交活动是否会对CMD或CMM患者的躯体、心理和认知多功能变化轨迹产生影响。”该研究第一作者、浙江大学公共卫生学院博士研究生张悦说。

事实上,对于CMD或CMM患者,社交活动的确具有保护作用。研究发现,

与社交活跃的受访者相比,社交不活跃的受访者在随访过程中躯体、心理和认知功能持续较差,且下降速度更快。而当CMM与社交活动不活跃同时存在时,各项功能的衰退程度更加严重。

此外,根据上述联合轨迹分析得出的四种模式,当CMM与社交活动不活跃同时存在时,受访者呈现“功能全面下降”轨迹的风险飙升到了7.26倍。

“这说明,社交不活跃会极大加剧CMM带来的多功能全面衰退风险。”张悦指出。

谈及此次研究的意义,徐小林表示,在临床实践中,他们建议医疗保健提供者(例如老年病学家和全科医生)在评估和管理慢性病患者,特别是患有共病的老年人时,应同时考虑其躯体、心理和认知功能,特别应在诊断出首个CMD时,实施针对这些功能的早期预防和干预措施,以避免状况加速恶化;在制订干预计划时,可以将非医疗性质的“社会活动处方”(例如参加志愿工作、老年大学、社区活动或其他娱乐活动等)纳入其中。

此外,徐小林建议,公共卫生政策制定者应从单一疾病、注重躯体功能的疾病管理模式转向一个更为综合的框架,“新的框架涵盖了心理和认知功能,并在管理CMM时强调社会活动参与的作用”。

相关论文信息:<https://doi.org/10.1186/s12916-025-04400-8>

磁共振检查可诊断早期类风湿关节炎损伤

本报讯 香港中文大学医学院科研团队进行了一项为期8年的类风湿关节炎磁共振追踪研究。他们发现,早期类风湿关节炎患者的关节结构损伤程度可分为渐进型和非渐进型,而这两种截然不同的病情发展无法通过一般的X光检查识别。该研究表明,磁共振是早诊断类风湿关节炎大体损伤程度的关键,为制定和预防不可逆转的关节损伤甚至残障的相关治疗方案提供了新思路。相关研究成果近日发表于《欧洲放射学》。

研究团队对81名初期类风湿关节炎患者进行了为期8年的磁共振跟进研究。所有参加者的病症出现时间均少于24个月,并于治疗前、第一年及第八年接受磁共振扫描,以全面评估炎症及结构性关节的损伤。

研究结果显示,类风湿关节炎的病情发展可分为两大类型,与发炎的严重程度随时间的变化有关。约2/3的患者呈现非渐进型关节结构损伤,即“非渐进型患者”。初次求诊时的磁共振影像显示结构性损伤属轻微,而这些患者在

8年的跟进期内未再出现关节变形。

其余1/3的患者则出现渐进型关节结构损伤,即“渐进型患者”。初次求诊时的磁共振评估显示中至重度的关节损伤。即使这些病人已接受调理免疫系统的药物治疗,病情仍持续恶化。直到第八年,渐进型患者的关节功能受损比率是非渐进型患者的两倍。在初次求诊时,渐进型患者的关节早已严重变形。

研究人员指出,虽然两类患者在接受首次磁共振扫描前出现病征的时间相符,但关节损伤模式却截然不同。该研究证

实,类风湿关节炎的病情可分为两大类型,一类患者的关节结构会日渐恶化,另一类则不同。磁共振检查有助于准确预测患者日后出现关节长期结构性损伤的可能性。

研究团队建议,在诊断阶段为类风湿关节炎患者提供高分辨率磁共振扫描。医生可借此尽早识别渐进型患者,制定合适的介入方案,从而延缓甚至阻止病情恶化,尽可能降低类风湿关节炎患者的残障及关节长期功能受损风险。

相关论文信息:<https://doi.org/10.1007/s00330-025-11493-5>