

漫談危險因子？

Risk factors

美國心臟學會院士◎黃耀星

一、危險因子之定義：

在流行病學中，造成或與環境有關的可增加某特定疾病的發生或死亡的因素，稱之危險因子。例如：粥狀動脈硬化之危險因子是由動脈血管之內膜有膽固醇之聚積引起，所引發的病變，因此，脂蛋白質的異常是最重要的因子，而其中由研究結果，我們知道是由低密度膽固醇(Low-Density Lipoprotein cholesterol, 簡稱LDL-C)之過高及高密度膽固醇(High-Density Lipoprotein cholesterol, 簡稱HDL-C)之低下，是引起動脈硬化之主因，在大型流行病學之研究也證實該事實。因此血液中有高的低密度膽固醇及低的高密度膽固醇是這病變的「危險因子」。

二、關於「危險因子」之由來

醫界有關於「危險因子」之想法，起源於「佛來明罕心臟病研究(Framingham Heart Study, 簡稱FHS, 1994)」。

佛來明罕研究仍是在19世紀初葉，美國人民之國民病，即粥狀動脈硬化疾病(Artherosclerotic Disease)。為了要終止該疾病，美國NIH撥出經費於1948年，在NIH指導下進行之研究。在1960年發表其成果。結果知道，動脈粥狀硬化症絕非由單一原因引起而是幾種原因聚積時，該疾病會有高的罹病率(prevalence)。因此，該研究將引起該疾病的因子叫「危險因子，Risk Factor」。當然，年齡(尤高齡)、性別、抽菸、高血壓、糖尿病、高血脂也列入，而成為今天重要的「危險因子」。這即是危險因子的由來，在未來也將會有新的危險因子出現。

三、為了使疾病的進行減緩或控制各重要因子之持續進行，世界各國的專門研究機構或相關學會，制定各疾病對某

「危險因子」之控制，出版各種指引(guideline)供醫療人員或病患參考，也許不同國家的指引所擬定之目標(Target)值或有些差異(由於各國之醫療制度、醫療經濟、生活習慣等之不同)。但，終極目的則是一致，即促使危險因子導致之疾病改善或減緩。

例如：高血壓有高血壓的指導，控制血脂異常(Dyslipidemia)，則有高血脂的指引。但是，如某國家尚缺某科指引，則可參考鄰近國家之指引(因生活習慣，醫療制度較相似)。但，自己國家有自己的指引是原則。同時，在推出某危險因子之指引時，宜有大型研究該國人之數據為事證，或目前正在進行之研究，以便作為每3至5年改版「指引」時之依據—實證醫學—。

四、常運動，調整體重，高血壓則推薦低鹽飲食等是常規，目前各國指引共同提示減少危險因子的共同點。

