

我国睡眠呼吸学科在探索中前行

何权瀛



〔作者简介〕 何权瀛,北京大学人民医院呼吸科教授、主任医师、博士生导师。中华医学会呼吸病分会常务委员和睡眠学组组长、中华医学会北京分会呼吸病专业委员会副主任委员、北京医师协会呼吸内科专科医师分会会长、中国医师协会呼吸医师分会基层工作委员会副会长、美国 ACCP 资深会员,《中华结核和呼吸杂志》、《中国呼吸和危重监护杂志》、《医学与哲学》临床决策论坛版及《中国社区医师杂志》副主编。长期致力于支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病、睡眠呼吸暂停疾病防治研究,主编医学专著 10 部,参编医学著作 25 部,医学科普丛书 3 本,发表论文 500 多篇。获得国家自然科学基金资助项目 3 项、卫生部科研基金 3 项、高等学校博士点专项科研基金 1 项,先后获卫生部重大科技进步二等奖、中华医学科技三等奖、国家科学技术二等奖、中华预防医学科技进步三等奖、中国睡眠科学技术终生成就奖。

〔中图分类号〕 R56

〔文献标识码〕 A

中华医学会呼吸病学会睡眠学组成立于 2000 年(全国第 5 届呼吸病分会),学组成员共 19 人,由笔者担任组长。学组成立之后,参照国外相关文献,组织制订了《阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征诊治指南(草案)》,发表于《中华结核和呼吸杂志》2002 年第 4 期。内容包括疾病定义、主要危险因素、临床特点、体征及常规检查项目、实验室检测方法、诊断流程、诊断标准(附简易诊断方法和标准)、鉴别诊断、治疗原则和方法、随访及健康教育 12 个项目。此项指南是我国第 1 部有关睡眠呼吸暂停的诊断治疗规范,不仅为以后各省市进行流行病学调查、临床相关研究提供了依据和方法,同时也在很大程度上规范了国内睡眠呼吸病学的临床工作,推动促进了我国睡眠呼吸病学的发展和进步。最新查引结果表明被引用达 1081 次之多。2011 年年底又对此指南进行了修订,于 2012 年年初正式发表于《中华结核和呼吸杂志》第 1 期。与此同时还发表了《阻塞性慢性呼吸暂停低通气综合征患者无创机械通气临床应用专家共识》及《睡眠实验室的建设,人员培训建议》。

据不完全统计,国内已有 700 多家医院开展睡眠呼吸障碍疾病诊治和相关基础研究及临床研究,并设有专门用于收治阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)患者的床位。经过多年努力现在已经初步建立了一支热心于呼吸障碍防控,技术成熟的专业队伍。某些省市陆

续组建了较大规模的设备齐全,技术操作规范的睡眠呼吸疾病诊治中心,成为今后进一步推动促进我国睡眠呼吸疾病发展的示范基地和主力军,同时亦有近 10 个省市成立了睡眠呼吸学组。

搞好疾病的临床流行病学研究是一项十分重要的基础性研究。睡眠学组成立之后便着手抓这项工作。到目前为止,先后有上海市、河北省承德市、吉林省、山西省、福建省、广西壮族自治区等 8 个省市的同事依据《阻塞性睡眠呼吸暂停低通气诊治指南(草案)》制订的诊断标准,经过充分准备,采取整群分层抽样方法进行鼾症、OSA 流行病学调查,结果显示,在我国不同地区 OSA 患病率具有一定差别(3.50% ~ 4.81%),基本上在 4% 左右,同时摸清了影响 OSA 的各种因素,包括肥胖、性别、年龄、女性绝经期、吸烟、饮酒等。这些都为 OSA 防控决策提供科学依据。部分流调工作还涉及了部分少数民族,如广西壮族、新疆维吾尔族、蒙族人群 OSA 患病情况。流调工作中还涉及一些特殊人群,如机动车驾驶人员和飞行员打鼾和 OSA 患病情况,为今后进一步探讨 OSA 与道路交通事故、航天安全提供了重要依据,具有十分重要的社会意义,填补了我国这个领域的空白。

2006 年由睡眠学组牵头组织的全国 20 家三甲甲等医院睡眠中心进行了多中心大样本有关 OSA 与高血压关系的临床流行病学研究。结果显示了我国 OSA 患者中高血压患病率高达 49.3%,证明了睡眠呼吸暂停与高血压关系密切,且独立于年龄、体重指数(BMI)和高血压家族史等高血压患病危险因素。

这对于今后进一步提高我国高血压防控水平具有重要战略意义。即如能从防控 OSA 入手,对于提高我国继发性和难治性高血压的治疗水平乃至整个高血压防控工作都将具有重大作用。此外,郑洪飞等对承德市区居民鼾症流行病学调查结果显示,7 年后承德市区居民鼾症发生率由 2002 年的 28.25% 上升到 2009 年的 40.16% ($P < 0.01$),鼾症患者合并心脑血管病及糖尿病发生率显著高于非鼾症患者,更有意义的是他们发现 7 年内鼾症患者病死率(9.00%)显著高于非鼾症组(3.14%) ($P < 0.01$)。结果提示我们必须尽早强化对于 OSA 的防控工作,这是一项刻不容缓的重大社会问题。

2008 年由笔者与陈宝元教授主编的《睡眠呼吸病学》集中了国内 62 名不同学科专家,他们参考大量国内外相关文献,同时结合各自临床经验体会,全面系统地介绍了睡眠呼吸病学相关基础知识、临床诊疗技术方法以及相关的科研工作进展。全书共 7 篇,90 万字,2009 年由人民卫生出版社出版。本书既是专门从事睡眠呼吸领域医疗科研工作的重要参考书,同时也可作为相关领域(如心血管、内分泌、脑血管病)的工具书,本书出版后受到大家好评,认为内容全面、新颖,引用广泛,有力地促进和推动了我国睡眠呼吸病事业的发展。

多年来睡眠呼吸学组十分强调大力防控 OSA 引起的全身损害,尤其是心脑血管疾病和糖尿病。2009 年起先后制订《OSA 与心血管疾病专家共识》,《OSA 与 2 型糖尿病专家共识》。2012 年与中国医师协会高血压委员会联合制定了《阻塞性睡眠呼吸暂停相关性高血压临床诊断和治疗专家共识》,发表于 2012 年《中华高血压杂志》第 12 期。目前正着手与中华医学会心脑血管疾病专家制订《OSA 与脑血管病专家共识》。为了促进睡眠呼吸障碍与心血管内科之间的沟通,加强彼此联系,推动整合医学发展,从 2007 年起,睡眠呼吸障碍学组便积极组织本学组的专家,坚持每年参加国内大型心血管疾病防治大会——长城会议。长城会议每年均设有睡眠呼吸专场,每次安排 4~5 个专题报告。内容均是睡眠呼吸障碍与心血管病之间的关系,包括高血压病、冠心病、心律失常、心力衰竭、2 型糖尿病等。

睡眠呼吸障碍学组十分重视国内外学术交流,从 2002 年至今,睡眠学组共负责组织召开了 3 次大型

睡眠呼吸障碍科学大会(广州、太原、郑州),借此推广 OSA 诊治规范化,引进国外新技术,促进睡眠呼吸学科发展及专业人才成长。此外,先后在河北石家庄市举办了 4 次大型睡眠呼吸暂停论坛或培训班。苏州大学第二医院举办了两届睡眠呼吸论坛。北京大学人民医院从 2004 年开始,每两年举办 1 次大型学术研讨会,已经举办了 6 次。广州呼吸病研究所共同举办了 OSA 与慢性阻塞性肺疾病(COPD)国际学术论坛,有力地促进了中外学术交流和提高我国睡眠呼吸障碍病防控水平。

睡眠呼吸障碍学组积极从事医学科普宣传,提高广大人民群众的健康意识。由于各种原因,长期以来广大群众,甚至包括部分医护人员以及卫生行政管理人员对于睡眠呼吸暂停的危害认识不足,认为打鼾不是病,甚至错误地认为打鼾是健康的标志。为了纠正这种错误的认识,使大家充分深刻认识睡眠呼吸暂停的危害性,提高本病早期诊断水平和防控水平,学组号召和组织专家在各种媒体上发表医学科普文章,宣传防治睡眠呼吸暂停常识。每年世界睡眠日时为广大群众进行义诊。此外,2012 年学组还组织了 28 名睡眠呼吸专家撰写出版了名为《打鼾——夜间的神秘杀手》的科普书籍(北京大学医学出版社出版),全书共分 3 篇、36 节,每节都包括案例回放和科学贴士,形式生动活泼,引人入胜,出版后深受群众欢迎,已被纳入国家“十二五”重点图书。

睡眠呼吸障碍学组和学科面临的任务,首先必须下决心花大力气解决 OSA 患者的早期诊断和规范化治疗,这就包括广泛进行有关本病的科学普及教育,使广大群众认识到中度以上打鼾是疾病,需要尽早就医,同时要普及诊断的手段和技术,特别是要尽早解决 OSA 患者的医疗保障问题。因为到目前为止全国大多数省市用于 OSA 诊断的多导睡眠图监测和治疗手段(CPAP)均未纳入医保和公费医疗目录。其次 OSA 是一种全身性疾病,可以引起和加重心脑血管疾病以及 2 型糖尿病、胰岛素抵抗。因此要搞好 OSA 的防控必须在整合医学思想指导下,相关学科联合攻关,这就需要采取相应的机制和措施,消除学科壁垒,一切以患者利益为中心。此外,OSA 还与道路航空安全有关,这是一个亟待解决的社会问题,需要协调更多的机构设法解决。

(转载自 2013 年 8 月 8 日《医师报》)