

全球第一! 我国睡眠呼吸暂停患病人数达1.76亿

难治性高血压、中风、房颤等都与睡眠呼吸暂停有密切关系

随着现代生活节奏的加快及生活方式的改变,各种睡眠疾病已经成为一个突出的健康问题,很多人或多或少都有一些睡眠问题。其中最常见是失眠和阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)。

专家指出,睡眠问题与慢性病的发生发展密切相关。50%-80%的睡眠呼吸暂停会发展为高血压,30%-50%的难治性高血压合并有睡眠呼吸障碍;轻度睡眠呼吸暂停转中重度只需4年,中重度睡眠呼吸暂停大大增加中风、房颤风险。

■新快报记者 梁瑜 通讯员 郝黎 张蓝溪 靳婷

长期睡眠不足增加患病风险

根据国际睡眠疾病分类(ISCD-3),外在或内在因素导致的睡眠疾病达90余种,其中最常见的是失眠和阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)。

广东省预防医学会睡眠障碍与相关疾病防治专业委员会首届主任委员、广东省人民医院呼吸睡眠中心欧琼教授表示,许多证据表明,睡眠呼吸障碍患病率逐年升高。《Lancet Respir Med》2019年“阻塞性睡眠呼吸暂停与全球经济负担”报告显示,其在全球的患病率由10年前的2%-4%升至24%以上,其中我国睡眠呼吸暂停患病人数居全球首位,达1.76亿;30岁-69岁成人中,轻到中度患者9.36亿、中到重度患者4.25亿,睡眠呼吸暂停已影响到全球超10亿人的健康。《健康中国行动2019-2030年》中的数据显示,2016年失眠的患病率为16%。国内调查显示,近半数失眠患者患病10年以上,失眠成为困扰人们生活的重要问题。长期睡眠不足增加患心脑血管疾病、抑郁症、糖尿病和肥胖等的风险,损害认知功能、记忆力和免疫系统。

失眠和睡眠呼吸暂停二者常常合并,叠加造成身体损害,与失眠不同的是,睡眠呼吸暂停除了打鼾可以被识别外,患者本人身体可无任何不适,其夜间睡眠紊乱、缺氧呈隐匿性,除了睡眠监测能反映出来外,患者早期因睡眠紊乱造成身体不适的表现没有任何特异性,是该病被忽视和延误治疗的主要原因。

过半睡眠呼吸暂停 会发展为高血压

欧琼教授指出,睡眠呼吸暂停的患者因打鼾、反复呼吸暂停导致长期睡眠低氧、睡眠结构紊乱导致睡眠缺乏,表现为睡不解乏、白天嗜睡、记忆力下降、认知功能减退,伴失眠、焦虑抑郁等一系列问题,影响生活质量、降低工作效率,引

发交通事故,成为重要的公共卫生问题。同时,睡眠呼吸暂停的夜间间歇性缺氧可导致机体一系列反应包括免疫功能下降、炎症反应、氧化应激等,继而引发全身多系统疾病,包括高血压、冠心病、中风、糖尿病、代谢综合征、肿瘤等。

目前高血压防治指南已将睡眠呼吸暂停明确为高血压的病因,研究显示50%-80%的睡眠呼吸暂停会发展为高血压,30%-50%的难治性高血压合并睡眠呼吸障碍。“很多医生在高血压诊治中,没有意识到这一问题,由睡眠问题导致的高血压、头晕头痛及全身问题并没有让患者想到与睡眠有关,直到发展为难治性高血压及严重的心、身疾病等,不但增加就医成本同时也增加了缺血性心脑血管疾病及死亡的风险。”欧琼教授称。

轻度转中重度只需4年,应早诊治

美国著名“睡眠心脏健康(SHHS)”队列研究早在1998年就在社区开展了睡眠呼吸疾病的人群研究,报告指出,如果不重视这一疾病的早期防治,其轻度睡眠呼吸暂停患者4年发展为中重度的风险为6倍,而不治疗的中重度睡眠呼吸暂停大大增加卒中、房颤风险,增加全因死亡率。失眠、睡眠呼吸暂停在所有慢性病的发生发展和转归中起着不可忽视的作用。“这种由睡眠呼吸疾病带来的危害还不被多数人认识到,而早期干预有利于减少发病,减少轻度转中重度。由于患病率高,仅靠



■廖木兴/图

以医院为主导的诊治模式难以解决其带来的健康影响。”欧琼教授表示。

为此,9月4日-5日,广东省预防医学会睡眠障碍与相关疾病防治专业委员会在广州正式成立,广东省人民医院呼吸睡眠中心欧琼教授担任首届主任委员。据介绍,欧琼团队将进一步推动广东省睡眠疾病防治,睡眠医学医、教、研的发展与进步。专业委员会将开展睡眠科学知识的普及、倡导民众科学睡眠行为习惯,指导和培训基层医疗机构开展睡眠障碍相关诊疗服务,并组织开展常见睡眠疾病的科学研究,为政府健康决策提供科学依据。

TIPS

非处方止鼾法疗效堪忧

闭嘴贴、止鼾喷雾等网红“止鼾神器”,是否能让患者更简便地纠正睡眠呼吸暂停及打鼾?欧琼教授指出,这些并非由医生开出的治疗处方,无论是贴鼻子、贴嘴巴还是喷雾,多数不能达到止鼾效果,对纠正睡眠呼吸暂停更是难上加难。要想有一定效果,还是需要在医生处方下购买正规医疗用品。“如果仅是单纯打鼾,没有睡眠呼吸暂停的,这些‘止鼾神器’或许能起到一点效果,但如果有关于睡眠呼吸暂停,即使止鼾了,缺氧问题还是无法解决,还有可能掩盖病情。”她称,睡眠呼吸暂停是疾病,需要在医疗机构进行规范化诊疗。

这8类药不能在药店刷医保卡购买了

新快报讯 记者梁瑜报道 9月1日起,保健用药、滋补用药、避孕用药等8类药不得纳入医保支付范围,市民在药店不能刷医保卡买了。

国家医疗保障局发布的《基本医疗保险用药管理暂行办法》(简称《办法》)已于9月1日正式施行。《办法》制定的《基本医疗保险药品目录》指出,有8类药不得纳入目录。具体如下:一、主要起滋补作用的药品;二、含国家珍贵、濒危野生动植物药材的药品;三、保健药品;四、预防性疫苗和避孕药品;五、主要起增强性功能、治疗脱发、减肥、美容、戒烟、戒酒等作用的药品;六、因被纳入诊疗项目等原因,无法单独收费的药品;七、酒制剂、茶制剂,各类果味制剂(特别情况下的儿童用药除外),口腔含服剂和

口服泡腾剂(特别规定情形的除外)等;八、其他不符合基本医疗保险用药规定的药品。

不能纳入医保支付目录,这也意味着这8类药医保不予报销,简单地说,就是在零售药店不能使用医保卡刷卡购买了。由于医疗保险涵盖的药品多用于治疗疾病,保健性药品不是治疗疾病所必需的药品,治疗毛囊发质、减肥、美容等作用的药品在一定程度上属于个体的个例需求,所以这些药品并不在医保报销范围内。

以往,一些地方、一些药店默许医保卡购买保健品,虽然有些地方医保政策提出不能使用职工医保个人账户购买保健品、生活用品等,主要原因是涉嫌盗刷国家医保基金,以往只执行属地管理,各

地执行不一。行内人士表示,此次文件的正式出台,说明国家对定点医疗机构、药店的医保监管会越来越严格。

此外,最近,国家医保局《关于建立健全职工基本医疗保险门诊共济保障机制的指导意见(征求意见稿)》再次明确,要规范个人账户使用范围。按照规定,个人账户不得用于公共卫生费用、体育健身或养生保健消费等不属于基本医疗保险保障范围的其他支出。同时,医保个人账号的使用范围也有所放开。根据征求意见稿,医保个人账户可以用于支付职工本人及其配偶、父母、子女在医保定点医疗机构就医发生的由个人负担的医疗费用,以及在定点零售药店购买药品、医用耗材发生的由个人负担的费用。

药企上半年业绩发布: 二季度刚性领域药企 迎来反弹

新快报讯 记者梁瑜报道 2020年上半年业绩陆续披露,就医药企业,截至目前,已有超过300家A股上市公司发布了上半年业绩。其中,营收超过百亿元的有上海医药、九州通等近20家药企;净利润超过10亿元的有20家,包括迈瑞医疗、恒瑞医药、云南白药等;毛利率超过九成的药企也有近20家,其中有康华生物、微芯生物、我武生物等。今年最值得关注的是,经过新冠疫情的影响后,2020年上半年业绩是否明显大受影响?

据不完全统计,受疫情影响,一季度有超过50%的企业营收、净利润双跌,53家净利润亏损;二季度随着国内疫情防控常态化,生产逐步复苏,一些刚性需求的领域迎来了反弹。

2020年上半年净利润排前十分别是迈瑞医疗、恒瑞医药、云南白药、上海医药、新和成、英科医疗、白云山、华东医药、药明康德、复星医药。迈瑞医疗、恒瑞医药、云南白药、上海医药、新和成共5家超过20亿元,“医械一哥”迈瑞医疗以34.54亿元居首位。这里面,同比增长最大为英科医疗,增幅高达2612%;其次是新和成,达91.41%,接下来是药明康德62.49%。

毛利率前十的药企,毛利率均超过90%。其中,康华生物毛利率最高,达95.42%。