HP / November 25, 2011 08:34PM

加國大學指出社經地位與青少年心臟疾病的關連性（2011）

一項由加拿大病童醫院（The Hospital for Sick Children, SickKids）和多倫多大學進行的最新研究表明，社經地位較低的青少年在罹患心血管疾病方面，明顯地受到坐式生活型態（Sedentary lifestyle）、營養不良、吸煙和其他健康行為模式等影響，而有較高的風險。

這項研究由其主要作者多倫多大學Sarah Lord博士，於日前在加拿大溫哥華舉辦的「加拿大心血管大會」上發表，此項研究是該校與Heart Niagara公司的心臟健康學校計劃的合作成果，該計劃提供Niagara地區所有9年級學生的心血管疾病檢查報告，此一檢查涵蓋所有學生的身高、體重、身體質量指數（BMI）、腰圍、血壓及膽固醇含量的紀錄。

知識和資源之間的關連

該項研究的首席研究員，同時也是SickKids心臟病專家和資深科學家的Brian McCrindle兒科教授指出：「社經地位較高的人往往掌有更多的資源、知識和時間可投身於健康的生活方式，相對地，那些較低的人則往往關注於更迫切的問題，像是精打細算其收支以支付食物和房租等。將社經地位列入考量，衛生保健提供者可針對有心臟疾病患病風險的年輕人和家庭，考量此群體的生活行為因素，設計出合適的介入方案。」

這項研究引用Heart Niagara於2009至2010學年度之間所收集4000多名年紀在14至15歲間的學生，其心血管疾病風險因子和健康行為的橫斷面數據（Cross-Sectional Data）。

研究人員檢視了從大規模檢查計劃中所收集的數據，並與2006年加拿大人口普查中獲得的資料中，以郵遞區號配對的方式，找出相對應區域的社經地位，這些資料包括家庭收入、房屋所有權以及家庭成員中所受過最高的教育程度，然後觀察其健康行為，如運動、看電視、吸煙、吃零食的習慣，以及水果和蔬菜的食用量等，他們也檢視了可能會導致心血管疾病的危險因子，如身體質量指數（BMI）、膽固醇和血壓等等。

較高的BMI與較低的收入有關連性

研究人員發現，較高的BMI和膽固醇，與較低的收入和教育程度之間是相關連的，高血壓明顯與收入較低有關，坐式生活型態、營養不良和吸煙，與社經地位較低之間有著緊密的聯繫。

Heart Niagara公司為一非營利的慈善組織，以提供評估、推薦、培訓和工具，以支持教育工作者和協助孩童和成人關注其心臟健康，該公司的執行長Karen Stearne說：「心臟健康學校計劃跨越社經的籓籬，以找出尚未形成的未來風險，及照顧一些可能沒有健康檢查機會的青少年們。」

保持健康

SickKids和多倫多大學兒童健康研究暨CIBC World Markets兒童基金會主委McCrindle教授說：「作為衛生保健提供者，我們要教導年輕人，你並不需要加入健身會員才能保持身體活力，有些低成本的方法能夠讓你維持健康的生活方式。」McCrindle教授和他的同事提供技巧和工具，為兒童和青少年建立健康體重計劃。

資料來源：
多倫多大學（University of Toronto），2011年10月25日

Edited 1 time(s). Last edit at 11/25/2011 08:35PM by HP.