



不良的饮食习惯和高血压是导致早期死亡的两大风险因子

Mike Wang

最近柳叶刀杂志报道了一项全球死亡风险因子分析。这项研究是在“健康指标和评估研究所”、华盛顿大学、以及墨尔本大学主导下进行。此研究发现：自1990年以来，导致死亡的风险因子发生了重大变化：在90年代，儿童和孕妇营养不良、饮用水不安全、卫生设施不健全以及不洗手是引起死亡的主要风险因子；但现在，这些因素已被膳食风险和高血压所取代。

研究人员分析了1990年至2013年间全球188个国家导致死亡的79类风险因子。这些风险因子导致1990年全球两千五百万的人口死亡，并且导致2013年大约全球三千一百万人死亡。

全球范围内排在前面的风险因子有如下：

① 吸烟是许多高收入国家，包括英国的头号风险因子。

② 在中东和拉丁美洲，高体重指数是导致健康问题的首要风险因子。

③ 在南亚和东南亚，室内空气污染是首要风险因子；而在印度，不安全饮用水和儿童营养不良也

是高风险因子。

④ 饮酒是俄罗斯的第二大风险因子。

⑤ 与非洲其它地方相比，非洲撒哈拉以南地区导致早期死亡的主要风险因子包括：儿童营养不良、不安全的饮用水和卫生设施缺乏、以及不安全性行为和过度饮酒。

⑥ 不安全性行为危及全球各国人的健康：2013这一因素是导致82%的HIV/AIDS病人死亡、以及15到19岁年龄段94%HIV/AIDS病人死亡的主要因素。这一因素在南非影响尤为明显：南非38%的早期死亡是因为不安全的性行为。不安全性行为所引起的全球疾病负担从1990年开始逐年增长，2005年达到最高点。

⑦ 对于澳大利亚来，导致死亡的最高风险因子包括高血压、吸烟、高体重指标和高血糖。

虽然高胆固醇原因所导致的死亡已下降25%，但是高体重指数和糖尿病有关的疾病所导致的死亡增加了35%和47%。

总之有些风险因子是可以减少或避免的，从而降低死亡率。

参考文献

[1] GBD 2013 Risk Factors Collaborators, Forouzanfar MH, Alexander L, et al. Global, regional, and national comparative risk assessment of 79 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks in 188 countries, 1990–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet*, 2015.

