

女性脑卒中风险增加的因素

张全贵¹, 张宁男楠²

(1. 中国人民解放军 272 医院, 天津市 300020; 2 天津医科大学总医院, 天津市 300046)

[关键词] 女性; 脑卒中; 风险

脑卒中已成为女性的第三位致死性疾病, 预计到 2020 年男性和女性脑卒中的发病率都会明显增加, 但女性脑卒中发病率的增长将会更加迅速; 预计到 2050 年女性脑卒中死亡率将比男性增加 30%。男性和女性脑卒中有许多相似之处, 但女性脑卒中在流行病学、病因、危险因素和预防措施方面有很多不同。女性脑卒中的独特危险因素有: 偏头痛。在育龄妇女中偏头痛发生率高达 20%, 在 35~39 岁妇女中, 大约 1/3 妇女会发生偏头痛。一项对 2000~2003 年在怀孕期间被诊断为偏头痛的 3396 例患者研究表明, ≥ 40 岁妇女患偏头痛的几率是 20 岁以下的 2.4 倍; 妊娠期间患偏头痛的妇女脑卒中风险增加 3 倍; 偏头痛妇女发生静脉血栓的风险增加 3 倍, 心脏风险增加 2 倍。研究者认为, 偏头痛和孕期血压变化(如血容量和心率增加)之间的相互作用是引起脑卒中的根本原因。因此, 由偏头痛的孕妇入院后, 临床医生应早期识别并帮助他们减少相关的心血管病危险因素, 并积极治疗孕期并发症如先兆子痫。④口服避孕药。很多研究观察了口服避孕药和脑卒中之间的关系, 发现含大量雌激素的避孕药可使服用者的脑卒中风险增加 4 倍(包括出血性和缺血性脑卒中), 而含小剂量的避孕药也可使脑卒中风险增加 2 倍。④肥胖。上海女性健康研究了 6708 名无脑卒中、冠心病、风心病和癌症的女性, 2/3 属于正常体重(体质指数 $< 25 \text{ kg/m}^2$), 在平均 7.3 年的随访期间, 共发生 2403 例脑卒中。分析发现, 无论缺血性或出血性脑出血风险均随着女性的体质指数、腰围和腰臀比增加而升高。校正高血压、糖尿病和高脂血症影响后, 上述关联依然存在, 而且体质指数每增加 1 kg/m^2 , 脑卒中风险将增加 5%。这可能与肥胖有关的高凝状态和炎症状态导致了脑卒中增加。早绝经。美国密歇根大学公共卫生学院跟踪了 1430 名妇女, 这些妇女在绝经前都未用过雌激素。研究发现, 校正年龄、血压、糖尿病、吸烟或心脏病等因素影响后, 在 42 岁之前就进入绝经期的妇女患缺血性脑卒中的风险是其他女性的 2 倍, 这可能是绝经期较低的雌激素水平导致了脑卒中的增加。因此, 建议早绝经女性改掉任何其他可能导致脑卒中的习惯。这就意味着她们需要运动、减肥、戒烟、饮食均衡, 保证充足的蔬菜和水果, 控制血压、血糖及血脂的标准水平。多次生育增加颈动脉斑块。Michael 调查了生育子女数量与颈动脉硬化的关系, 发现在校正年龄后生育子女的妇女空腹血糖、2 h 血糖、Framingham 危险评分与颈动脉粥样硬化显著相关; 女性每多生一个子女, 其颈动脉斑块的数量增加 15%。这些现象在男性未观察到。因此, 临床医生综合评价女性动脉粥样硬化危险时可能还需考虑其生育子女的数量。颈动脉斑块形成与脑卒中发生密切相关。

(此文编辑 文玉珊)