

心臟腦疾病更常見 長遠公共衛生政策需調整

新冠致人類整體健康變差 增醫療系統壓力

新冠疫情暴露了全球醫療系統的脆弱性，但更大的挑戰可能還在後頭。多國醫療數據顯示，過去兩年患心臟及腦部疾病等重病的人數，都比疫情前有增多趨勢，而且升幅在曾經感染新冠的康復者當中尤其顯著，意味在「長新冠」之外，新冠病毒可能對人類整體健康還有更長遠的負面影響。如果醫學界及政府未能及早注意問題，改變醫療方式及公共衛生政策，未來全球醫療系統將更難以負荷。

英國《金融時報》分析英國公立醫院收集的數據後發現，自疫情爆發後，英國死於心臟病的人數大幅上升，而且升幅幾乎覆蓋所有年齡層。在40歲至64歲這個年齡層，2021年因心臟病死亡的人數，便較疫情前的2019年多出15%，當中60歲至64歲組別的死亡人數更增加超過200人。

如「全人類突現吸煙習慣」

英國艾希特大學老年病學專家斯特恩透過親身接觸病人，早在疫情初期便發現到這個現象。他曾經醫治過一名感染新冠的64歲病人，後者康復後不到半年，腦部便發生嚴重病變，不但中風，更出現認知障礙症早期跡象。斯特恩相信，新冠病毒除了會導致「長新冠」外，更可能導致更多嚴重的健康問題，形容疫情引發了一場「流行病學餘震」，就像地震後的餘震一樣。

他使用一個比喻來說明這情況，自1980年代起不少人開始戒煙或減少吸煙，令呼吸道疾病個案數目開始大幅下降，但新冠為人類的健康帶來極大禍害，儼如全球所有人突然出現吸煙的習慣，引發更多疾病。

輕重症者風險俱增

美國華盛頓大學研究人員在美國退伍軍人事務部的醫療紀錄資料庫中，將15.3萬名曾感染新冠的病人，與未曾感染者進行對比分析，發現前者患心臟衰竭和中風的風險明顯較大，即使是輕症患者，在康復後的一年內，患心血管

疾病的風險亦會增加。領導研究的流行病學家阿爾阿里表示，由於這類慢性疾病可影響人一輩子，故情況令人特別憂慮。雖然整體而言，新冠康復者患心臟病的風險較未曾感染者只是多4%，幅度不大，但考慮到全球確診人數已超過6億，實際受影響人數仍然非常多。

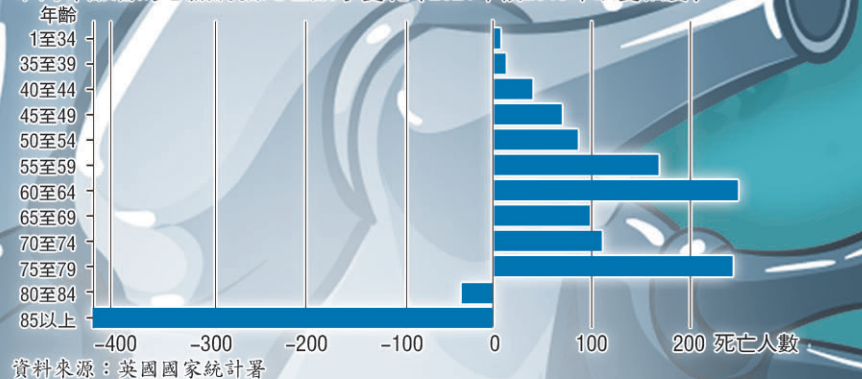
很多患有其他疾病的病人，在疫情下無法得到正常醫療服務，早已令各地醫療系統積壓大量舊症，隨着新冠引致的「長新冠」和其他慢性疾病病例日漸增多，病人輪候名單只會進一步增加。另一方面，在抗疫期間，不少醫護因身心俱疲而轉行，導致人手嚴重不足，意味醫療系統面臨更大壓力。阿爾阿里認為，新冠的遺禍將持續困擾醫學界和整個社會，「這並非一星期、一年或兩三年內便會消失的東西，而是會纏繞我們好幾個世代。」

◆綜合報導

英國幾乎所有年齡層的康復者心臟病發風險增加

英國大多少年齡層的新冠康復患者，去年因心臟病發死亡的人數，均較疫情的2019年上升，其中60至64歲及75至79歲組別，均較2019年多逾200人死亡。

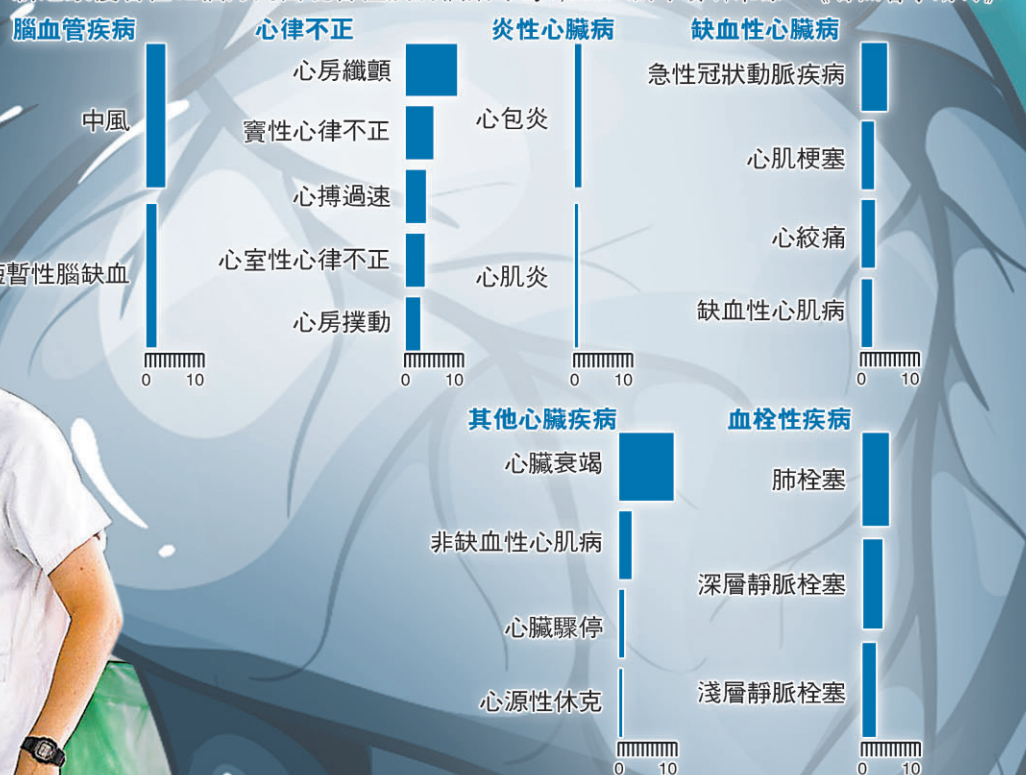
不同年齡層的心臟病發死亡數字變化（2021年較2019年改變幅度）



美國新冠康復者一年後中風及心臟衰竭風險上升

美國不少新冠患者在康復一年內，患上不同的心臟或心血管疾病，例如每1,000名康復者中便有4人中風。

新冠康復者在12個月內出現各種疾病個案（每1,000人計）資料來源：《自然醫學期刊》



◆醫療系統壓力勢增加。 資料圖片



◆新冠令人類整體健康風險提高。 網上圖片

◆專家形容疫情引發了一場「流行病學餘震」。 網上圖片

傳染病慢性病界線趨模糊 全面保障健康成重任

傳播力強勁的新冠毒肆虐全球兩年多，患有慢性疾病人士，成為感染新冠的高危群體，病毒也能夠引發其他長期疾病。有專家認為，這顯示傳染病與慢性病的界線逐漸趨向模糊，醫生需以更全面角度治理病人，在新冠患者康復後仍要持續跟進其情況，了解他們會否出現嚴重疾病。整體醫療政策亦有需要作出改變，不能只是集中防範傳染病威脅，需增撥資源全面保障民眾健康。

美國健康指標和評估研究所主任默里表示，對於糖尿病等慢性病與傳染病的關係，人們過往認知不多，但它們的關係在疫情下漸趨明顯，分界線儼然正在消失。他表示，傳染病專家在過去兩年多以來，逐漸意識到控制疫情和傳染病的威脅固然重要，但為病人提供良好的基礎醫療，以及確保他們整體健康，也是同樣重要。默里

指出，新冠同時衝擊發達國家民眾的健康觀念，使他們明白保持健康並非只是「有病服藥」，而是要從多方面入手，包括攝取足夠營養，以至需擁有良好的居住環境。

灌輸醫科生「整合而治」

美國哥倫比亞大學亦希望將「整合而治」的概念向下一代醫生灌輸，鼓

勵醫科學生更多地在醫院以外實習，走進社區多點了解病人情況，校方亦建議以團隊方式進行，讓學生互相學習，從而打破不同專科之間的分野。歐洲方面亦採取類似做法，例如在醫院內不同部門的醫護會互相幫助，了解同事的工作範疇，醫護之間的團結合作精神在後疫情時代將變得重要。 ◆綜合報導



◆專家認為未來需調整醫療資源分配。 資料圖片

病人宜學新科技 自我健康管理

在新冠疫情下，各地醫療需求持續增加，導致醫療資源日益緊張。有專家認為，由於醫護人手長期不足，基本上難以對每名病人進行同樣適切的跟進，建議病人應借助科技發展，加強自我管理個人健康，有助減輕醫療系統的負擔。

西班牙巴塞羅那的糖尿病專家克拉拉蒙特認為，在現有資源有限的情況下，根本無法為所有病人提供同等水平的跟進治理，需更精準地評估每名病人的風險，從而按照不同情況分配資源，可能需使用人工智能（AI）配合大數據達到這個目標。部分病人也可以利用穿戴式裝置，自我監測身體數據，無需事事詢問醫護人員，使醫護能撥出更多時間照顧有迫切需要的病人。

手機量血壓 自行上載更方便

克拉拉蒙特指出，需教導病人不能過於依賴醫療系統，令他們明白自身有責任管理健康，但醫護人員、政策制訂者和病人需對此做法達成共識，否則只會招致反對聲音和質疑。

新加坡國立大學蘇瑞福公共衛生學院助理教授林方源表示，他認同利用科技讓病人自我管理健康的做法，可將更多資源用於最有需要的病人身上。他舉例指出一些病人過往每年需4次前往家庭醫生診所量度血壓，現時則可利用手機自行量度，將結果上載至醫生或護士可遙距追蹤的系統，再由演算法偵測異常狀況。 ◆綜合報導

