世界衛生組織敦促各國採取更多行動因應非傳染性疾病每年造成1600萬人過早死亡的問題

Noncommunicable diseases prematurely take 16 million lives annually, WHO urges more action

文/醫療部 楊繡瑛 編譯

非傳染性疾病又稱慢性病，並不會在人與人之間傳播，其病程長且進展緩慢。非傳染性疾病的四種主要類型為心血管疾病(如心臟病發、中風)、癌症、慢性呼吸系統疾病(如慢性阻塞性肺病、氣喘)和糖尿病。所有年齡層和區域都會受非傳染性疾病影響，兒童、成人、老人都容易受到引起非傳染性疾病危險因素的影響，不論是不健康飲食、缺乏運動、暴露於菸草煙霧或酒精濫用的影響。

這些疾病受到年齡、快速而乏規劃的都市化和不健康生活型態全球化的影響，如：不健康飲食在個人造成血壓、血糖、血脂升高和肥胖，這些稱為「中間危險因素」，能導致非傳染性疾病中的心臟血管疾病。

可改變的行為性危險因素

菸草使用、缺乏運動、不健康的飲食與酒精濫用會提高罹患非傳染性疾病的風險。

代謝性/生理性危險因素

這些行為會造成四種主要的代謝/生理改變，因而增加罹患非傳染性疾病的風險：高血壓、超重/肥胖、高血糖、高血脂。

就歸納死亡原因方面來說，全球最主要的代謝危險因素為高血壓(全球18%的死亡可以歸因於此)、其次超重、肥胖和高血糖。中、低收入國家幼兒超重情形上升速度最快。

世界衛生組織一項報告指出，政府必須採取緊急措施以達成減低非傳染性疾病(NCDs)負擔的各項目標，並預防每年1600萬人在70歲以前因心肺疾病、中風、癌症而過早死亡。

世衛組織總幹事陳馮富珍博士發表《2014年非傳染性疾病全球現況》時指出：國際社會有機會能改變非傳染性疾病的流行趨勢。只要每年每人投資1-3美元，國家就能顯著地減少非傳染性疾病及其死亡人數。2015年每個國家必須設定本國目標並採取具成本效益行動，若不如此，仍將持續有數百萬計的生命提早死亡。

該報告指出多數的過早死亡是可以預防的。2012年共有3800萬人死於非傳染性疾病，其中1600萬人(42%)的死亡是可避免的過早死亡，高於2000年的1460萬人。

為達成於2025年前將非傳染性疾病死亡率降低25%，在投注了5年全球性努力後，該報告從所累積的關鍵經驗提出嶄新觀點。

透過政府的減少菸草使用、酒精濫用、不健康飲食、身體缺乏運動政策與提供全民健康醫療服務，可以明顯減少非傳染性疾病所導致的過早死亡。例如：巴西的非傳染性疾病死亡率每年下降約1.8%，部分原因是擴

大初級醫療照護。

但報告呼籲應採取更多行動來遏止疫情，尤其是在中、低收入國家。這些國家的非傳染性疾病死亡率高於傳染疾病死亡率。幾乎四分之三的非傳染性死亡(2800萬)人數，以及1600萬過早死亡人數中的82%發生在中、低收入國家中。

「最划算」的減輕負擔措施

世衛組織的報告提供監測「2013-2020年非傳染性疾病全球行動計畫」執行狀況的基準，以達成於2025年將非傳染性疾病死亡人數降低25%的目標。行動計畫概述了因應菸草使用、鹽的攝取量、身體缺乏運動、高血壓、酒精濫用等非傳染性疾病關鍵風險因素的9項自願性全球目標。

世衛組織負責非傳染性疾病與心理衛生的助理總幹事Oleg Chestnov博士說：「世界已有在2025年達成9項非傳染性疾病全球目標的知識與資源，目標達成落空是無法讓人接受的。如果錯過機會而無法在2015年設定本國目標和致力於2025年實現承諾，我們將無法因應21世紀發展中的重大挑戰之一。」

報告提供了世衛組織所推薦的「最划算」或符合成本效益、高影響力的干預措施，包含：禁止所有形式的菸草廣告、以多元不飽和脂肪酸代替反式脂肪、限制或禁止酒類廣告、預防心臟病和中風、提倡哺餵母乳、推動飲食和運動宣傳計畫、預防性子宮頸癌篩檢。許多國家已運用這些措施成功達成各項全球性目標。

世衛組織除了在150多國協助發展、分享、推廣這些「最划算」措施，也幫助國家了解健康範疇以外會影響非傳染性疾病的各種因素。

9項自願性全球目標
目標1：心血管疾病、癌症、糖尿病、慢性呼吸系統疾病所導致的過早死亡率相對降低25%。
目標2：根據本國國情，酒精濫用情形相對減少至少10%。
目標3：運動量不足的普遍情形相對減少10%。
目標4：人群平均食鹽/鈉攝取量相對減少30%。
目標5：15歲以上而目前菸草使用普遍情形相對減少30%。
目標6：根據本國國情，血壓升高發生率相對減少25%，或控制血壓升高發生率。
目標7：遏止糖尿病和肥胖發生的上升趨勢。
目標8：至少50%的符合條件者接受預防心臟病發作和中風的藥物治療與諮詢(包括血糖控制)。
目標9：在80%的公私立醫療機構可以提供經濟上負擔得起、用於治療主要非傳染性疾病所需的基本技術和必需藥物，包括非專利藥。