

北醫大醫學院舉辦「2017 亞太胸腔國際研討會」



2017 亞太胸腔國際研討會於 12 月 28 至 29 日在臺北醫學大學登場，來自英國、新加坡、越南等國內外學者交流慢性阻塞性肺病、肺纖維化及環境胸腔疾病等議題，其中空污對呼吸道健康之影響備受關注。來自全臺對此議題所關心的學者們逾 200 人。主要探討主題為：Chronic Lung Disease、Environmental Lung Disease、Respiratory Therapy、Tuberculosis 以及 Idiopathic Pulmonary Fibrosis。



邀請國外講者有英國倫敦帝國學院 Dr. Kazuhiro Ito、越南白梅醫院 Dr. Phan Thu Phuong、越南胡志明醫藥大學 Dr. Le Thuong Vu、香港大學 Prof. Lin Wei Tian、香港中文大學 Prof. Kin Fai Ho、新加坡陳篤生醫院 Dr. Chan Yeow、越南 Dr. Dat Phan Thuong (Pham Ngoc Thach TB & Lung Diseases Hospital) 以及越南海防大學 Dr. Van Linh Pham 等，與北醫大胸腔醫學團隊的師長們在胸腔空污領域研究議題共同探討外，會中並發表由本校林建煌校長帶領的北醫大胸腔醫學研究中心團隊，發表利用智慧型穿戴裝置監測職場曝露細粒徑懸浮微粒對於睡眠品質影響的相關研究。

【圖：香港大學 Linwei Tian 教授演講（右圖）及現場 Q&A 實況（左圖）】



醫大呼吸治療學系副教授莊校奇表示，研究監測傳統鑄造業的作業人員睡眠品質受到 PM2.5 的影響情形；鑄造業的作業人員因為長期處於電焊作業環境，在熔融金屬和澆鑄過程中會直接面對作業產生的 PM2.5，其濃度已超出法規規範的 61 倍，監測數據指出，150 名受測者當中，平均睡眠時間為 6.6 小時，比一般人平均睡眠時

間 7.52 小時低，而一般辦公室人員平均睡眠清醒次數為 15 次，電焊作業人員則多達 22 次。

【左圖：林建煌校長（左）頒贈感謝狀及禮物予英國倫敦帝國學院的 Kazuhiro Ito 教授】

國內外流行病學研究皆指出，空氣污染物與睡眠呼吸中止症、心肺相關疾病的發生率及死亡率有關，最新研究更顯示，職場中暴露細粒徑懸浮微粒會顯著降低員工的肺功能與尿液中的血清素濃度，而血清素正是睡眠循環重要的調節因子，其濃度過度被抑制會影響睡眠周期，進而引起失眠、憂鬱症等症狀。



參與研究的雙和醫院胸腔內科主任李岡遠指出，血清素除了和睡眠障礙有關，相關的色胺酸代謝路徑也是調節免疫及發炎的重要因素，並和癌症有關。李岡遠主任建議，在空氣污染嚴重時可視情況多攝取富含色胺酸的食物，例牛乳、優酪乳、奶酪、巧克力、蛋、魚、豆類和肉，都能增加血清素，也有助於民眾睡得更好，尤其優酪乳及奶酪含有益生菌，不僅能促進好的色胺酸代謝路徑、提振免疫系統，還有助抗癌。【右圖：李岡遠主任演講情形】



空氣品質改善已成為全球的重要目標，目前政府已針對固定污染源、移動污染源訂定許多管制與規範的策略。莊校奇副教授表示，民眾可以利用手機 APP 隨時更新與留意周邊的空氣品質，空氣品質不好，盡可能待在室內並關窗戶，使用空氣濾淨機。若需要在戶外、或是腳踏車通勤等，應正確戴上市售醫療級口罩，並適時更換，以降低空氣污染對於健康的危害。

（文/醫學院）

【左圖：李岡遠主任及莊校奇老師（中）受媒體採訪，說明環境導致呼吸道疾病的議題】

【下圖：2017 亞太胸腔國際研討會大合影】

