



香港大學李嘉誠醫學院
公共衛生學院

九七的兒女

2014 冬季通訊

專訪李民瞻教授



「九七的兒女」研究小組有幸邀請香港中文大學兒科學系李民瞻教授接受訪問。李教授是兒童胸肺科專家，籌劃多個有關呼吸系統疾病的研究，例如哮喘和睡眠窒息症，亦舉辦多個關於睡眠的學術會議，對兒童的睡眠習慣和呼吸系統健康有深入的認識。除了學術研究，李教授亦熱心教學，曾多次獲頒中文大學「年度最佳教師」，深受學生及同儕敬重。自2013年起，「九七的兒女」研究小組邀得李教授參與其中，為學術文獻和研究提供寶貴的专业意見。

李教授本來立志成為外科醫生，後來受到兒科醫生太太的影響，加上十分喜歡小朋友，所以向兒科發展。他形容兒科醫生的挑戰就像偵探一樣，因為小朋友多數不懂說明自己的狀況，尤其是嬰兒和幼兒，所以診症時要從不同方面抽絲剝繭，包括觀察他們的舉動、對醫生和其他人的反應等，盡可能收集「環境證據」去尋找小朋友的病因。李教授表示非常享受當兒科醫生，因為可以幫助小朋友康復出院、回復活潑和健康，而且於教學醫院工作讓他可以傳授醫科生醫學知識和經驗，而他亦相信其學術研究對香港和其他地區的兒童有一定的貢獻。

李教授參與「九七的兒女」研究的其中一個重要原因是他相信自出生起的生活習慣已有機會導致長大後患病，而唯有大型的出生隊列研究才可以讓我們了解有關因素，從而推動社會健康。他以餵哺母乳和環境污染為例，說明不同的生活模式能長遠影響一個人的健康，自小減少日常生活致病的風險因素有助降低成年時發病的機會，故追蹤各成長階段的生活習慣對於了解病因是非常重要的。他十分欣喜「九七的兒女」出生隊列研究一直跟進成員的成長和健康情況，因為不論在個人和社會層面都是非常有意義的：每次跟進計劃不僅是一次身體檢查，研究人員更可分析數據，闡述遺傳及生活習慣與健康的關係。因此，李教授非常鼓勵每位成員踴躍參與每

次跟進計劃，除了了解自己的健康情況外，也能支持和協助研究人員發現更多醫學新知，貢獻社會甚至下一代。

行醫二十多年，李教授喜見社會變得愈來愈注重健康。他覺得由於公民教育和互聯網資訊發達，所以家長更容易搜集疾病的資料，對疾病和藥物的認識增加。他樂於見到醫生與家長之間有更多良好的溝通，因為這對舒緩小朋友的病情和令小朋友健康成長有莫大裨益。因此，李教授希望不只是診症，更能透過研究和教學努力不懈地了解更多疾病的病因、預防和治療方法，並提升大眾的健康意識；好像從「九七的兒女」研究收集所得的肺功能測試數據便能用於研究睡眠和呼吸系統疾病的關係。

隨著研究資源更多和技術進步，李教授深信醫學界對於遺傳病和罕見疾病的認知將會大大提高。李教授對這次兩間的大學合作十分雀躍，認為不同學術機構的合作會使有關大型研究事半功倍。他期望各大學將來更多合作和交流，發掘更多疾病的起源和預防方法，改善香港人的健康情況。

當問及對於將成為成年人「九七的兒女」成員的建議及計劃將來的心得，李教授不假思索地告訴我們他認為青少年應學習不同的事物，趁著年青時多參加義工服務，了解自己的喜好和培養興趣。雖然學業繁重和忙於準備公開考試，但李教授叮囑不要廢寢忘餐，並提醒睡眠時間太長或太短都會影響新陳代謝和心血管健康，成年人每天睡7-8小時為佳。他亦提醒不要誤以為平日睡眠不足可以在假日補救，作息定時才能保持身體健康。李教授祝願各位「九七的兒女」成員明年考獲理想的公開試成績，亦能健康快樂地迎接十八歲生日，踏入人生新階段。

「九七的兒女」



追蹤研究結果

我們與聯合國兒童基金會香港委員會 (UNICEF HK) 於2014年7月18日舉行了聯合記者會，發表了追蹤研究結果，並即場簽署「愛嬰行動」聯合聲明，呼籲政府正視香港兒童健康，盡快落實有關母乳餵哺的《香港配方奶及相關產品和嬰幼兒食品的銷售及品質守則》（《香港守則》），以及推動母乳餵哺香港公共衛生。《香港守則》是衛生署參考世界衛生組織於1981年通過的《國際母乳代用品銷售守則》而草擬，屬自願性質，目的是為製造商及分銷商、醫護專業人員及醫護機構，提供有關配方奶及36個月或以下嬰幼兒食品的銷售及品質指引。根據衛生署2013年的調查數據顯示，在2012年香港出生的嬰兒中，首6個月的全母乳餵哺率只有2.3%，遠低於國際平均水平的40%。世界衛生組織建議母親應以全母乳餵哺嬰兒至六個月大，隨後逐漸引進固體食物，如水果和蔬菜蓉，並持續餵哺母乳至幼兒兩歲或以上。

此外，香港電台在2014年9月22日播出的《鏗鏘集》（「母親的抉擇」一集）探討配方奶、母乳與嬰兒成長的關係，以及餵哺母乳的困難。節目中訪問了「九七的兒女」的主要研究者香港大學李嘉誠醫學院院長暨公共衛生學院講座教授梁卓偉介紹我們的研究，包括現正進行的健康跟進計劃。梁教授指出，透過17年的研究，我們發現嬰孩接受母乳時間愈長，對於他們各成長階段的身心健康，有更正面幫助。母乳餵哺比非母乳餵哺的嬰兒，出生後18個月內較少機會因各種原因需要求診。此外，母乳餵哺可以減低半歲以下的嬰兒因感染而需入住公立醫院的風險，其中純母乳餵哺的嬰兒因感染住院的風險較非母乳餵哺的低約40%。因此，我們的研究證實，母乳餵哺能有效保護初生嬰兒免受感染。母親可透過母乳把抗體傳給嬰兒，減低嬰兒患各種傳染病的風險。這是母乳對嬰兒健康的最大益處之一。因此，這個研究令我們確信，推廣持續母乳餵哺，能減輕本港公共衛生的醫療負擔。

媒體報導



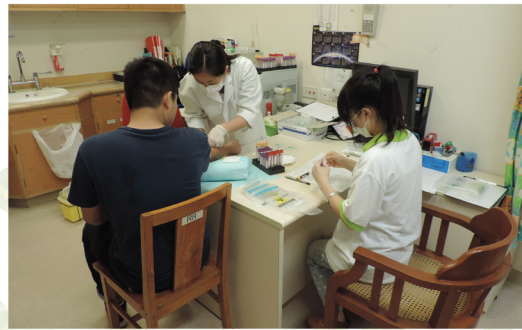
《鏗鏘集》「母親的抉擇」

「九七的兒女」2014健康跟進計劃

我們在2013年8月展開了新一輪健康跟進計劃，為參加者進行簡單健康檢查，並將收集到的數據作出統計和分析，目的為研究各種慢性病（如糖尿病及心臟病）的起因及發展，從而改善公眾的健康。檢查項目包括肺功能測試、脂肪比例測試、搜集生化樣本（包括唾液、尿液、頭髮及腳甲）和血液樣本測試等，當中血液測試是用以檢驗空腹血糖、血脂、肝功能、腎功能及全血球計數。我們同時會向參加者進行問卷調查。完成檢查後，參加者均可獲得超級市場禮券及一份詳盡的健康檢查報告，內容包括各項檢查結果，參加者並可按報告結果，為自己的健康作適當的安排。此跟進計劃的另一個重要目的是希望建立一個生化樣本資料庫 (Biobank) 以作未來研究用途。



我們的同事在處理收集好之頭髮樣本



同事正為參加者抽血

為了方便居住各區的「九七的兒女」參加者，我們分別在沙田威爾斯親王醫院、油麻地及北角設立檢查站。到目前為止，已有逾二千位成員完成了這個健康跟進檢查。由於「九七的兒女」是一項長期的追蹤研究，每一位成員都對此研究非常重要！參與這個計劃既能檢視自己的健康狀況，亦對香港的醫學研究有很大的幫助，所以如果你們已經收到邀請信，但仍未回覆，我們衷心希望你們能抽空參與。倘若你們尚未收到邀請信，請耐心等待，因為「九七的兒女」成員人數眾多，我們需要分批按地區安排跟進工作。我們期待稍後在跟進計劃檢查站與你們見面！如對此項計劃有任何疑問，歡迎電郵 aprmay97@hku.hk 或致電 3917 6775 與我們聯絡。

「九七的兒女」 出生隊列研究

抑鬱症是一種都市常見的情緒病，部分人甚至早在青春時期已病發。不少人認為病症是由勞累生活、身心壓力大所致，其實肥胖問題亦可能是成因之一。有西方研究發現肥胖與抑鬱症有關，但研究結果因受到其他社會因素影響，未能推論究竟是肥胖造成身體一些生理反應，導致抑鬱症、還是肥胖影響社交生活，令人情緒抑鬱。我們的研究發現，肥胖並非青少年時期出現抑鬱症狀的成因與西方國家的觀察不同。由此看來，肥胖與抑鬱症的關係可能與特定文化背景相關。是項結果刊登於國際學術期刊《Journal of Adolescent Health》。

相信很多人都知道，糖尿病患者需要嚴格控制飲食，避免吸收過量糖分，影響血糖水平，但大家未必了解肌肉質量亦能影響葡萄糖代謝，對控制血糖水平亦有重要作用。儘管亞洲人們的肥胖率比西方較低，患糖尿病的比率反而較高。部分研究指出這是因為亞洲人的肌肉質量低，影響葡萄糖代謝。肌肉質量於青少年晚期達至最高峰，我們的研究探討青春期睪丸激素（一種男性荷爾蒙）與肌肉質量、葡萄糖代謝的關係。研究發現，體內睪丸激素越高，空腹血糖及胰島素越低。睪丸激素和空腹血糖的關聯，是受骨骼質量和身體脂肪比等因素影響。我們從而推論，睪丸激素透過提升骨骼肌肉質量，影響青少年體內的葡萄糖代謝。是項結果刊登於國際學術期刊《Diabetic Medicine》。

血壓不但與日常生活、飲食習慣息息相關，更會受成長階段時身體狀態所影響。有研究發現，青少年的血壓與其出生時的體重和嬰兒時發展速度有關。為了減少各種外在因素的影響，我們特別以從多對雙胞胎所得數據作分析，以確立成長與血壓間的直接關係。我們的研究發現，出生時體重和嬰兒時發展速度對青少年時血壓影響不大。不過，我們認為醫學界仍需探討成長初期的身體狀況對日後血壓的影響，以提醒家長注意孩子的身體狀況、防患未然。是項結果刊登於國際學術期刊《Annals of Epidemiology》。

香港作為一個移民社會，自上世紀開始有大量移民從內地來港。他們需要適應新環境和迎接新挑戰，生理和精神上都承受不少壓力。西方有不少研究均指出移民的身份會影響心理健康，但由於這些研究針對不同種族和文化背景的移民(例如由亞洲移民到西方國家)，所以並不適用於香港情況。在香港，大部分新移民來自中國，與本地人有相似的文化背景。因此，我們的研究特別以自中國移民香港的家庭的數據，探討移居到文化背景相近的地方對孩子心理健康的影響。研究發現，移民與孩子的抑鬱症狀和自信心並不相關；相反，父母為移民的孩子會較聽從父母教導，亦有較佳的行為表現。因此，當移民發生於兩個近似的文化社會間，移民經歷可能對孩子的行為有正面的影響。是項結果刊登於國際學術期刊《Journal of Epidemiology and Community Health》。

Wang H, Leung GM, Schooling CM. (2014) Life course adiposity and adolescent depressive symptoms among Hong Kong adolescents, *Journal of Adolescent Health*, 55(3)

Hou WW, Tse MA, Lam TH, Leung GM, Schooling CM (2014) Adolescent testosterone, muscle mass and glucose metabolism: evidence from the 'Children of 1997' birth cohort in Hong Kong, *Diabetic Medicine*

Kwok MK, Au Yeung SL, Leung GM, Schooling CM (2014) Birth weight, infant growth, and adolescent blood pressure using twin status as an instrumental variable in a Chinese birth cohort: 'Children of 1997', *Annals of Epidemiology*, 24(7)

Leung CY, Leung GM, Schooling CM (2014) Migrant status and child adolescent psychological well-being: evidence from Hong Kong's 'Children of 1997' birth cohort, *Journal of Epidemiology and Community Health*

