

舒適閱覽：  

### 嘉藥許雅雯新研究 國際點閱率破億



許雅雯老師與學生分享新研究內容。

嘉藥許雅雯新研究 國際點閱率破億

(中央社訊息服務20140424 15:20:39)嘉南藥理大學醫務管理系許雅雯老師致力於健康行為與預防醫學相關研究，3日因新研究發現，受邀在美國醫學會Stroke期刊(SCI impact factor= 6.158, Clinical Neurology, I.F. 11/193 (5.70%), Q1)專訪，並在接受訪

問後，持續受到國際媒體的關注。新研究報告指出，有失眠症狀的民眾在追蹤4年後，發生中風的機率為從來沒有失眠症狀民眾的1.54倍；同時，18-35歲的年輕族群中風發生率的率比值最高。該研究之訪談與研究成果，據美國醫學會官方統計，至18日止共有363篇文章被引用，並超過1億2千多萬次的點閱率。

研究主題包含肥胖、身體活動量、睡眠、代謝相關慢性疾病、心血管疾病等的許雅雯

老師表示，隨著科技發展與高壓力的新世代工作環境，睡眠問題已成為現代人常見的健康因素，過去研究均指出睡眠可能與心血管相關慢性疾病有關，原因是中風原本就比較易好發於年紀較長的族群中，加上通常中年過後因為高血壓、缺乏運動、高血脂等幾項容易導致中風的健康危害因子，因此失眠對於中風風險的影響在較年長的族群中相較之下被『稀釋』了。許老師說，這次的研究中另一項有趣的發現是持續性失眠民眾的中風累積發生率，比曾經有失眠症狀但是後來恢復的民眾，發生率顯著偏高，這項觀察可提醒民眾平時須注意觀察自己失眠症狀的趨勢，以降低日後的疾病風險。

該研究出現在包括國際性的主流媒體報導，如：福斯新聞(FoxNews)、CBS News、LiveScience、General Nursing Council of Spain。許雅雯老師建議，日後相關單位與醫院應該多宣導民眾不可輕忽失眠的症狀，如有持續性的症狀應該及早尋求專業的診斷治療，以降低日後罹患心血管疾病的機率。許老師同時為奇美醫療財團法人奇美醫院之間任副研究員，與奇美醫研部團隊有長期研究合作經驗，其中包含台灣全民健康保險資料庫之研究，此項發現就是依據台灣全民健康保險資料庫的研究結果。

訊息來源：嘉南藥理大學

本文含多媒體檔 (Multimedia files included) :

<http://www.cna.com.tw/postwrite/Detail/146460.aspx>

附件下載

- [許雅雯老師與學生分享新研究內容。\(jpg檔\)](#)

新聞稿刊載服務請洽本社業務中心行銷人員·電話 ( 02 ) 2505.1180 轉 780 ~ 786 或 790 ~ 797  
本平台資料均由投稿單位輸入後對外公布,資料如有錯誤、遺漏或虛偽不實,均由投稿單位負責



嘉南藥理大學 新聞剪報

資料來源：中華日報（C3 保健/中醫）

# 失眠者易中風 年輕人更顯著

一般人為1.54倍 18~35歲達8倍 嘉藥許雅雯研究登美期刊 網路點閱率破1.2億次

記者林偉民／台南報導  
嘉南藥理大學醫務管理系老師許雅雯研究發現，失眠症者中風機率是從無失眠症狀者的1.54倍；年輕族群失眠中風機率更比未失眠的同齡者高出8倍。她這項研究獲美國醫學會Stroke期刊專訪，網路點閱率極高。許雅雯也是奇美醫院兼任副研究員，致力於健康行為與預防醫學相關研究，研究主題包含肥胖、身體活動量、睡眠、代謝相關慢性疾病、心血管疾病等。

她研究發現，有失眠症狀者追蹤4年後，發生中風的機率為從沒有失眠症狀者的1.54倍；而18~35歲失眠族群中風發生率，比未失眠者高8倍。  
這項研究於4月3日接受美國醫學會Stroke期刊專訪。據美國醫學會官方統計，訪談與研究成果至18日已被363篇文章引用，並有1億2千多萬次點閱率。

管相關慢性疾病有關，原因是中風原本就易發於年紀較長族群，加上中年過後因為高血壓、缺乏運動、高血脂等容易導致中風的健康危害因子，使得失眠對中風風險的影響，在較年長者中被「稀釋」。  
她指出，這項研究另外1個有趣的發現，就是持續性失眠者的中風累積發生率，比曾經有失眠症狀、但後來恢復的民眾顯著偏高。提醒民眾平時須注意失眠症狀的趨勢，以降低日後的疾病風險。



↑嘉藥老師許雅雯提出失眠與中風的關係，受國際矚目。（嘉藥大學提供）

資料來源：中華日報（C3 保健）

刊載日期：103年4月25日

記者：林偉民

## 主題：[ 旅遊休閒 ] 失眠引起中風 年輕人風險高

facebook

UUTW FB

日期：2014/4/24



【台南訊】嘉南藥理大學醫務管理系許雅雯老師致力於健康行為與預防醫學相關研究，4月3日因新研究發現，受邀在美國醫學會Stroke期刊(SCI impact factor=6.158, Clinical Neurology, I.F. 11/193 (5.70%), Q1)專訪，並在接受訪問後，

持續受到國際媒體的關注。新研究報告指出，有失眠症狀的民眾在追蹤4年後，發生中風的機率為從來沒有失眠症狀民眾的1.54倍；同時，18-35歲的年輕族群中風發生率的率比值最高。該研究之訪談與研究成果，據美國醫學會官方統計，至4月18日止共有363篇文章被引用，並達超過1億2千多萬次的點閱率。

研究主題包含肥胖、身體活動量、睡眠、代謝相關慢性疾病、心血管疾病等的許雅雯老師表示，隨著科技發展與高壓力的新世代工作環境，睡眠問題已成為現代人常見的健康因素，過去研究均指出睡眠可能與心血管相關慢性疾病有關，原因是中風原本就比較易好發於年紀較長的族群中，加上通常中年過後因為高血壓、缺乏運動、高血脂等幾項容易導致中風的健康危害因子，因此失眠對於中風風險的影響在較年長的族群中相較之下被『稀釋』了。許老師說，這次的研究中另一項有趣的發現是持續性失眠民眾的中風累積發生率，比曾經有失眠症狀但是後來恢復的民眾，發生率顯著偏高，這項觀察可提醒民眾平時須注意觀察自己失眠症狀的趨勢，以降低日後的疾病風險。

該研究出現在包括國際性的主流媒體報導，如：福斯新聞(FoxNews)、CBS News、LiveScience、General Nursing Council of Spain。許雅雯老師建議，日後相關單位與醫院應該多宣導民眾不可輕忽失眠的症狀，如有持續性的症狀應該及早尋求專業的診斷治療，以降低日後罹患心血管疾病的機率。許老師同時為奇美醫療財團

法人奇美醫院之間任副研究員，與奇美醫研部團隊有長期研究合作經驗，其中包含台灣全民健康保險資料庫之研究，此項發現就是依據台灣全民健康保險資料庫的研究結果。





## 嘉南藥理大學老師發表健康行為與預防醫學相關研究

# 許雅雯文章 逾1.2億次點閱率

### ■周榮發

嘉南藥理大學醫務管理系許雅雯老師致力於健康行為與預防醫學相關研究，日前受邀在美國醫學會Stroke期刊中針對失眠症狀與中風機率之研究專訪，並在接受訪問後，持續

受到國際媒體的關注，其研究之訪談與研究成果，至今共有363篇文章被引用，並達超過1億二千多萬次的點閱率。

該校表示，許雅雯老師的新研究報告中，有失眠症狀的民眾在追蹤4年後，發生中風的

機率為從來沒有失眠症狀民眾的1.54倍，同時，18~35歲的年輕族群中風發生率的率比值最高。研究主題包含肥胖、身體活動量、睡眠、代謝相關慢性疾病等；過去研究均指出睡眠可能與心血管相關慢性疾病

有關，原因是中風原本就比較

易好發於年紀較長的族群中，加上通常中年過後因為高血壓、缺乏運動等幾項容易導致中風的健康危害因子，因此失眠對於中風風險的影響在較年長的族群中相較之下被稀釋了。

該研究出現在包括國際性的主流媒體報導，如福斯新聞 (FoxNews)、CBS News、LiveScience、General Nursing Council of Spain。

許雅雯建議，日後相關單位與醫院應多宣導民眾不可輕忽失眠症狀，如有持續性症狀應及早尋求專業診斷治療，以降低日後罹患心血管疾病的機率。許雅雯同時為奇美醫療財團法人奇美醫院之兼任副研究員，與奇美醫研部團隊有長期研究合作經驗，其中包含台灣全民健康保險資料庫之研究，此項發現就是依據台灣全民健康保險資料庫的研究結果。