

· 述评 ·

## 应重视健康体检人群中食物不耐受的研究

曾强

食物不耐受是由食物特异性 IgG 抗体介导的延迟性免疫反应。理论上食物在进入消化道后,应当被消化到氨基酸、甘油和单糖水平,这样才能完全转化为能量提供人体所需,但许多食物,因为缺乏相应的酶而无法被人体完全消化,以多肽或其他分子形式进入肠道,在那里被机体作为外来物质识别,从而导致免疫反应的发生,产生食物特异性的 IgG 抗体,与不耐受食物形成免疫复合物,沉积于体内,无法清除的免疫复合物造成机体免疫损伤,免疫损伤不断累积最终导致各种慢性症状或疾病,病情常迁延不愈,易被忽略并延误诊治<sup>[1-3]</sup>。

在国际上,食物特异性 IgG 抗体检测意义在临床上已得到充分的验证,同时,在 2010 年美国发布的《食物过敏诊断和管理指南》<sup>[4]</sup>(目前为止最权威的食物指南,由 NIAID 发起的专业小组制定而成)中也得到了明确证实。由于食物不耐受导致的症状比较隐蔽,大部分人很难意识到它的存在,有文献报道,在发达国家有多达 20% 的人口遭受食物不耐受<sup>[5]</sup>。据英国过敏协会统计,人群中有高达 45% 的人对某些食物产生不同程度的不耐受,婴儿与儿童的发生率比成人还要高<sup>[6]</sup>。食物 IgG 抗体在体内的升高是一个长期积累的过程,在抗体水平达到一定程度之前不会引起明显达到症状或疾病,而且表现隐匿,患者也常无明显的速发型食物过敏史,但是如果不能及时改变饮食结构,免疫系统超负荷就会出现各系统疾病<sup>[7]</sup>。食物不耐受和很多慢性疾病具有相关性,包括头痛、胃肠道、皮肤症状、行为改变和呼吸紊乱等,根据食物不耐受检测结果进行饮食调整对慢性疾病是一种有效、可靠、适当的治疗方法。食物特异性 IgG 抗体检测已成为国际广泛研究和关注的热点,如澳大利亚 Nutrition Care、欧洲 LABCO、SONIC、梅奥医学实验室、约克实验室和英国国家物理实验室等都在进行相关方面的研究。

由中华医学会健康管理学分会体检与评估学组

牵头,于 2008 年 6 月,开始了“食物不耐受在中国人群的流行病学调查研究”,在全国选择了 25 家医学科研能力突出的体检机构共同建立了“食物不耐受在中国人群的流行病学调查研究科研协作中心”,主要针对国人的饮食习惯及不同地域、年龄、性别、症状与亚健康的相关性等问题进行了深入调研和详尽分析,总结了食物不耐受的分布特点,建立了中国人群食物不耐受数据库,《中华健康管理学杂志社》编委会非常重视饮食的健康管理,2011 年成功举办了“第一届‘拜美克杯’食物不耐受有奖征文”活动。旨在丰富饮食健康管理学的学术内涵,为饮食健康管理提供了有效的科学依据。

一、健康体检人群中食物不耐受研究存在的问题

1. 有效数据利用率低,包括总检人员培训和监管力度不够、受检者依从性差、信息不完整或错误、数据意外丢失:通过本次科研发现,标本共收集 28 796 例,而完整标本 9078 例,仅占总数的 31.53%,广泛存在数据不完整的问题,导致在最后汇总统计过程中缺少大量有效信息而不利于系统分析,从而未总结发表相关研究成果,这是科研方面的最大弊端与遗憾。一方面,可能存在对总检人员培训和监督不够的问题,在信息收集过程中未能将“食物不耐受检测健康状况评估表”有效利用。调查问卷中涉及的信息较多,在总检人员未充分传达信息收集对健康管理的重要性的前提下,受试者往往嫌麻烦、敷衍填写,从而造成很多的信息缺失,既不利于地区流调统计分析,也不利于个人风险评估。另一方面,数据未及时核对与处理,导致数据错误、填写模糊、甚至调查表丢失等,对后续统计造成影响。

2. 代表性不明显,包括样本少、区域分布差异大、人口常住情况分类、种族分类等;除有效数据较少的影响外,调查还发现,样本来源差异明显,无法体现出各区域的饮食习惯特点、不耐受食物的发生率、与症状的相关性等。本次样本多数来源于北京,该地区人口流动性强,在统计时未将本地与外地人

DOI: 10.3760/cma.j.issn.1674-0815.2012.03.001

作者单位:100853 北京,解放军总医院国际医学中心

Email:zq301@126.com

口区分处理,所以并不能完全代表该区域的现状,后续有待扩大范围开展并分别进行常住人口统计的划分、民族的分类等细致研究,从而进行区域性评估。

3. 研究成果少,包括数据浪费、论文书写不当;除主观原因未进行合理统计和整理的因素外,部分大样本体检中心随对数据进行了汇总分析和论文撰写,但普遍无法发表,这是导致研究成果少的主要原因。在食物不耐受专题征文审稿过程中发现,普遍存在论文题目不明确、书写格式不规范、试验方案设计不严谨、统计方法不当、统计结果不明确或不匹配等问题。学术著作作为提升整体医疗水平的考量指标之一,由于各机构规模、人员素质有明显差异,后续有必要在选题、设计、书写等方面进行重点培训与加强。

以上是前期的一些研究成果和一些存在的共性问题。

### 二、健康体检人群食物不耐受研究方向

为有效提高食物特异性 IgG 抗体检测其的学术价值并指导临床应用,对后续研究方向提出以下建议。

1. 开展不同区域人群食物不耐受的相关性研究,如沿海地区、内蒙地区、新疆地区等。

2. 开展不同民族人群食物不耐受的相关性研究,如蒙族、维族、回族等。

3. 开展不同体质人群食物不耐受的相关性研究,如健康体检人群、慢病症状人群、两类人群对食物不耐受的种类和程度的差异性分析等。

4. 开展不同系统症状或疾病人群食物不耐受的相关性研究,如消化道、皮肤、呼吸、神经、泌尿生

殖、心血管等。

5. 进行饮食干预前后(忌食或轮替)症状改善情况的对比研究。

6. 开展食物不耐受在健康管理中的应用研究。

总之,在我国目前有关食物不耐受的研究尚属起步阶段,但却具有重大的公共卫生意义,要想建立完善的饮食方案,仍需要在全国范围内广泛开展统计和研究,从预防医学的角度把握中国人群食物不耐受发生的特点并加以合理规划,同时和国际接轨,共同制订科学饮食健康管理方案,丰富饮食健康管理学内涵。

### 参 考 文 献

- [1] 谢志贤,刘倩. 食物不耐受与相关性疾病. 中华内科杂志, 2006,45:150-151.
- [2] Zar S, Kumar D. Role of food hypersensitivity in irritable bowel syndrome. Minerva Med, 2002,93:403-412.
- [3] 郑延松,赵威. 免疫球蛋白 G 抗体介导的食物不耐受. 中华健康管理学杂志, 2010,4:183-185.
- [4] NIAID-Sponsored Expert Panel, Boyce JA, Assa'ad A, et al. Guidelines for the diagnosis and management of food allergy in the United States; report of the NIAID-sponsored expert panel. J Allergy Clin Immunol, 2010,126(6 Suppl):S1-58.
- [5] Zopf Y, Baenkler HW, Silbermann A, et al. The differential diagnosis of food intolerance. Dtsch Arztebl Int, 2009,106:359-369.
- [6] Vojdani A, Campbell AW, Anyanwu E, et al. Antibodies to neuron-specific antigens in children with autism; possible cross-reaction with encephalitogenic proteins from milk, chlamydia pneumoniae and streptococcus group a. J Neuroimmunol, 2002,129:168-177.
- [7] 黎明. 略论食物不耐受检测意义. 四川医学, 2010,31:675-676.

(收稿日期:2012-05-07)

(本文编辑:袁庆)

· 读者 · 作者 · 编者 ·

## 本刊 2012 年重点报道内容预报

本刊将于 2012 年重点报道以下内容:(1)体检评估与信息化;(2)社区健康管理;(3)体重管理;(4)心理健康管理;(5)血压管理。

欢迎广大从事健康管理的工作者及医务人员多多支持和关注本刊,并希望踊跃投稿。