

黃士懿教授學術分享

10月的學術短波，由黃士懿教授分享其刊登於國際期刊《J. Clin. Psychiatry》的SCI論文：「Omega-3多不飽合脂肪酸在產前及產後憂鬱症之重要性：流行病學、精神病生理學、飲食頻率、及雙盲療效研究之探討」，黃士懿老師現為本校保健營養學系教授及圖書館館長，曾獲校內外優秀論文獎、年度研究優良獎、優良教師獎、校級師鐸獎等多項榮譽。



懷孕期及產後重度憂鬱症（Major depressive disorder during pregnancy and afterbirth）在臨床上不僅影響到母親產前檢查的品質、母親的身心調適、母親與嬰兒的互動及養育，更會直接影響到胎兒及新生兒在生理及心理上的發展。然而，懷孕期及產後憂鬱症的治療卻是臨床上之難題，懷孕期抗憂鬱症藥物的使用雖沒有證據顯示可造成重大畸胎，但造成胎兒輕度異常（如早產、體重過輕、呼吸障礙、發紺或緊張不安）的報告卻已有多篇大規模的研究發表，同樣的情形也會發生在產後哺乳的個案，所有抗憂鬱症藥物皆會經母體到母乳中。所以，對於懷孕期及產後憂鬱症的婦女，應該發展出更有效、更安全的治療方式。

從眾多的研究中，學者發現omega-3多不飽合脂肪酸與憂鬱症的病因可能有密切的關連，而懷孕期及產後(特別是哺乳)的婦女會因為胎兒大量吸收omega-3 PUFAs合成中樞神經組織，而造成嚴重的omega-3 PUFAs之缺乏。我們假設這種特殊的生理狀態的變化和懷孕期及產後憂鬱症的產生有關，進而假設：

- 一、懷孕期及產後有憂鬱症的婦女有較正常婦女更嚴重的omega-3 PUFAs缺乏；
- 二、懷孕期及產後憂鬱症的嚴重性和omega-3 PUFAs之缺乏有相關性；
- 三、大量補充omega-3 PUFAs可以改善並治療懷孕期及產後憂鬱症。

我們於是取得國科會三年的補助，以為期三年的時間，於某醫學中心陸續收案、進行三個主要的試驗，其中之一就是篩選出符合首度發病的懷孕期或產後哺乳的重度憂鬱症患者各36名，隨機分為兩組，以平行組間、雙盲對照之研究設計進行8週的實驗，來證明omega-3 PUFAs對憂鬱症療效的假說，並測量病患治療前後血中紅血球脂肪酸組成的差異做為比較。目前該研究結果已發表，雙盲療效研究的結果，也發現omega-3 fatty acids單獨治療6週後（而非合併任何其他型式的治療或藥物治療），對於懷孕期重度憂鬱症有明顯的療效。

(J Clin Psychiatry 69: 644-651.)

« [繼ISO14001：2004與OHSAS18001：2007雙認證後](#)

北醫大再獲ISO27001：2005（國際資訊安全品質）認證 | [回到電子報首頁](#) | [北醫大碩士班甄試入學招生](#)～11月2日起開始報名，至11月6日截止！ »