



专家呼吁：偶发性失眠危害身心健康 应及时采取药物治疗

--- 《2017 年中国网民失眠地图》新鲜出炉

2017年03月16日，中国北京 - 今日，赛诺菲中国与腾讯健康联合主办的“失眠知多少？——失眠行为网络大调查”调研结果暨《2017年中国网民失眠地图》在京发布。调研结果显示：近 **80%** 参与者曾有失眠经历，其中上海、广州比例最高，长沙、北京、深圳紧随其后，有失眠经历的人群中入睡困难是最主要的失眠表现；超过 **57%** 调研参与者不能全面了解失眠危害，仅 **4.5%** 认为出现失眠应该马上治疗。首都医科大学宣武医院神经内科主任王玉平教授表示：“失眠发病率高，危害严重，但本次调研结果显示大众对失眠危害认知低，不知道一发生失眠就应及时开始接受治疗。”

此项调研历时一个月，共收集了来自全国 **32** 个省市自治区，**362** 个城市，**8567** 份有效问卷，就大众对失眠的经历、其危害的认知以及对治疗的态度进行了调研。

超 8 成以上网民深受失眠困扰，超过 57% 网民不能全面了解失眠的危害

失眠是指非常想睡觉，但上床后睡不着或夜里容易惊醒，睡眠质量下降、总睡眠时间减少（少于 6 小时）以及早晨醒后身体无恢复感，最重要的是伴有日间功能障碍，感到疲劳或全身不适。调研参与者中有 **31.84%** 的网民表示会有短时间出现白天昏昏沉沉没精神，晚上却又精神奕奕睡不着。王玉平教授解释：“实际上这是偶发性失眠的表现。偶发性失眠属于急性失眠，会导致次日注意力下降、容易激动、疲劳乏力等症状，有可能增加交通意外，工伤等情况的发生。”

虽然有超过 **80%** 的网民受到过失眠问题的困扰，但半数以上网民不能全面了解失眠的危害。调查发现许多人不知道失眠与某些癌症高发有关，不了解失眠会使糖尿病，高血压或肥胖等风险增加，也不知道失眠可能导致抑郁等精神问题。

王玉平教授介绍：“如果急性、偶发性失眠不及时治疗，有可能发展呈亚急性或慢性失眠进而出现躯体疾病，研究显示：失眠与肥胖，糖尿病，高血压，中风等疾病的发生有直接关系，甚至有可能导致乳腺癌和前列腺癌等癌症发病率增高¹。此外，失眠还有可能引发焦虑症、抑郁症等精神障碍等疾病。因此，当出现失眠问题时，应该尽早就医。”

¹ Taheri S, Lin L, Austin D et al. Short sleep duration is associated with elevated ghrelin, reduced leptin and increased body mass index. PLoS Med 2004; 1(3): e62
Gottlieb DJ, Punjabi NM, Newman AB et al. Association of sleep time with diabetes mellitus and impaired glucose tolerance. Arch Intern Med 2005; 165(8): 863-7
Gumustekin K, Seven B, Karabulut N et al. Effects of sleep deprivation, nicotine and selenium on wound healing in rats. Neurosci 2004; 114: 1433-1442

仅 4.5%知晓失眠应马上治疗 规范化治疗观念亟待提升

此次调研发现有失眠经历的人群中超过 57%表示坚决不吃药。《中国成人失眠诊断与治疗指南》指出：对于已经诊断为失眠的患者应该积极治疗；对于急性、偶发性失眠应尽早采用药物治疗²。王玉平教授表示：“很多失眠患者之所以不愿意去医院进行规范化诊治除了不了解失眠的危害外，还有一个重要原因，就是担心服用安眠药的副作用。实际上，目前治疗偶发性失眠，临床上会推荐患者使用非苯二氮草类药物，此类药物相较于传统安眠药在依赖性和成瘾性上都有极大改善，而采用‘非苯二氮草类药物’的间歇性治疗方案更已成为治疗偶发性失眠的重要手段，对于阻断失眠的恶性循环可起到良好作用。”

本次调研的主办方之一赛诺菲公司的中国区总裁彭振科（Jean-Christophe Pointeau）表示：“作为一家全球领先的医药健康企业，赛诺菲一直将患者需求作为工作的出发点。随着人们生活方式的改变，越来越多的人深受失眠困扰，不仅影响了正常的工作生活作息，也对身心健康造成了危害。失眠问题已逐渐成为中国最普遍的公共卫生问题之一。赛诺菲希望在中枢神经领域提供的不仅仅是优质药品，更是一种持续、深入地健康理念普及与服务。此次赛诺菲携手腾讯健康共同发布《2017 年中国网民失眠地图》，希望能和业内学者、专家一起更好地洞悉失眠患者对失眠行为的认知及其危害，同时引起大众对失眠治疗的关注，积极进行规范化治疗，减少失眠对人们健康的损害。”

在此次发布会上，王玉平教授提醒大家：“目前很多医院的神经内科、心理科、精神科等科室都能为失眠患者提供有效帮助。随着条件的成熟，部分医院将会引入诺比睡眠中心，为有失眠问题的患者提供更全面的专业指导。”

###

关于赛诺菲

赛诺菲是一家全球领先的医药健康企业，专注于患者需求，研究、开发并推广创新的治疗方案。赛诺菲拥有五大全球事业部：糖尿病与心血管疾病、普药与新兴市场、赛诺菲健赞、赛诺菲巴斯德和健康药业。赛诺菲分别在巴黎（欧洲证交所代号：[SAN](#)）和纽约（纽约证交所代号：[SNY](#)）上市。

如需了解更多信息，请访问 www.sanofi.com。

关于赛诺菲中国

赛诺菲于 1982 年进入中国，总部位于上海，业务覆盖制药和人用疫苗（赛诺菲巴斯德）。集团在北京、天津、沈阳、济南、上海、杭州、南京、武汉、成都、广州和乌鲁木齐共设有 11 个区域分支机构，并在北京、杭州和深圳建有四家生产基地。截止 2016 年底，赛诺菲在中国约有 9,000 名员工。

赛诺菲在上海设有中国研发中心和亚太研发总部，具备了从药物靶点研究到后期临床试验的整体研发实力，并专注于中国与亚太的高发疾病，如肝病、糖尿病、肿瘤和心血管疾病。

如需了解更多信息，请访问 www.sanofi.cn。

² 中华医学会神经病学分会睡眠障碍学组. 《中国成人失眠诊断与治疗指南》[J]. 中华神经科杂志, 2012;45(7):534-540

赛诺菲前瞻性声明

本新闻稿包含前瞻性声明。前瞻性声明并非对历史事实的陈述。这些声明包括预测和估计及基本假设，对于公司未来计划、目的、意图的陈述，对未来财务状况、事件、运营、服务、产品开发和潜力的展望，以及关于未来业绩表现的陈述。通常可以利用诸如“期望”、“预期”、“相信”、“打算”、“估计”、“计划”等词语，以及类似表达作为判定前瞻性声明的依据。尽管赛诺菲管理层认为该篇前瞻性声明中所反映的预期具有合理性，投资者仍需注意这些前瞻性信息和声明受制于诸多风险和不确定性因素，其中许多难以预测且通常不被赛诺菲所控制，这可能导致实际结果和发展与前瞻性信息和陈述中所表达、暗示或预测的信息存在重大差异。这些风险和不确定因素主要包括研究和开发中固有的不确定因素，未来的临床数据和分折，包括产品上市后所获取的数据和所进行的分析，监管当局的决定，例如美国食品及药物管理局或欧洲药品管理局关于是否及何时批准任何药品、医疗器械或可能备案用于候选产品的生物用品上市的决定，以及这些机构关于产品标识和其他可能影响此类候选产品的可用性及商业潜力等事宜的决定，获得批准的候选产品不能保证肯定获得商业成功，未来替代性疗法的获批及其商业上的成功，集团受惠于外部增长机会的能力，汇率变化趋势与普遍利率，成本控制政策及由此带来的结果，已发行股份的平均数以及赛诺菲在公开呈报给美国证券交易委员会（SEC）和法国金融市场管理局（AMF）的报告中已作讨论或明确的部分，其中包括列于表 20-F 的赛诺菲年度报告（截止日期 2015 年 12 月 31 日）中的“危险因素”和“前瞻性声明警示”。除非存在可适用的法律规定，赛诺菲不承担更新和修改任何前瞻性信息和陈述的义务。