

与 Egger's 回归提示钙补充剂的研究存在发表偏倚。在偏倚风险最低的 4 项研究中 ($n=44505$)，钙补充剂与全身各处的骨折均无关。对钙补充剂单药治疗、钙补充剂与

维生素 D 联合治疗进行分层，结论仍然与前类似。

研究结论

目前，无临床研究证据显示增

加膳食钙的摄入可预防老年人群的骨折发生。摄入钙补充剂预防老年人群骨折发生的证据也较弱，并且研究存在发表偏倚。

(李潇潇 综译)

抑郁的复发预防：正念认知疗法 vs 抗抑郁药维持疗法



"89% of Fellows who attended an Extraordinary General Meeting of the Royal College of Physicians of London this week voted yes to the motion that the UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England."

Editorial	Commentary	Articles	Reviews	Section
Editorial: The UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England.	Commentary: The UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England.	Articles: The UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England.	Reviews: The UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England.	Section: The UK Government's Health and Social Care Bill would damage the health of the public in England.

研究背景及临床问题

既往有复发性抑郁病史的患者具有反复发作或复发的高风险。服用维持性抗抑郁药至少 2 年是目前推荐的治疗方法，但很多人都对药物的替代品感兴趣。与常规治疗相比，正念认知疗法 (mindfulness-based cognitive therapy, MBCT) 已被证明能减少反复发作或复发的风险，但尚未有与抗抑郁药维持治疗进行比较的研究。

2015 年 7 月发表在《Lancet》的一项研究 (Willem K et al. Effectiveness and cost-effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy compared with maintenance antidepressant treatment in the prevention of depressive relapse or recurrence

(PREVENT): a randomized controlled trial. Lancet. 2015 Jul 4;386(9988):63-73.) 对 MBCT 联合减少或停止抗抑郁药物 (MBCT with support to taper or discontinue antidepressant treatment, MBCT-TS) 与维持治疗就预防抑郁反复发作或复发的风险进行了比较。

研究内容

该单盲、平行、随机对照试验 (PREVENT)，招募了英国城市和农村初级保健社区中既往有 3 次或多次严重抑郁发作的成年患者，这些患者接受治疗剂量的维持性抗抑郁药。受试者被随机分配到 MBCT-TS 组或维持抗抑郁药治疗组 (1:1 比例)，通过中心根据症状状态进行分层。受试者知道治疗分配，研究者均不知道治疗分配。主要转归是反复发作或复发的时间，24 个月的研究期间在五个不同的时间间隔对患者随访。结果：在 2010 年 3 月 23 日 ~ 2011 年 10 月 21 日期间，我们对 2188 名受试者进行了评估，并最终纳入了 424 名符合纳入标准的患者，他们来自 95 家普通医疗机构。212 例患者被随机分配到 MBCT-TS 组，212 名分配到抗抑郁药维持治疗组。在 24 个月的治疗期间，MBCT-TS 组和维持治疗组之间，抑郁反复发作和复发时

间之间没有差异 (hazard ratio 0.89, 95% CI 0.67 ~ 1.18; $P = 0.43$)。未发现亚组间和不同中心间患者的抑郁严重程度有差异。但报告有童年期虐待的严重程度与不同治疗有显著相互作用；MBCT-TS 治疗显著降低报告童年期虐待严重度高的患者的复发风险。次级终点指标包括抑郁不发作天数、抑郁残留症状、精神和医疗并发症、生活质量，未发现 2 组间有差异。两种治疗其卫生和社会护理成本没有显著差异。严重不良事件的数量两组间也没有差异。共报告了 5 例不良事件，其中 2 人死亡，MBCT-TS 组和维持治疗组各一人。不良事件与干预或试验无关。

研究结论

本研究没有证据表明 MBCT-TS 比维持治疗在预防有复发风险患者的抑郁复发方面更优越。两种治疗均与和复发、抑郁残留症状和生活质量有关的正性结局相关联。但考虑到随机对照样本的数量，本研究的结果仅支持 MBCT-TS 可以作为相似成本支出条件下维持治疗的替代方法来预防抑郁复发。该治疗方法能维持患者良好的生活质量。对报告有童年期虐待的个体预防抑郁复发，MBCT-TS 治疗可能有更好的获益。

(任振宇 综译)