

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



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)