

挽救你生命的神奇药物!

1天1片 阿司匹林

阿司匹林可以预防结肠癌和直肠癌

高血压

中风

静脉曲张、偏头痛、关节炎

心脏病

AN ASPIRIN A DAY

*The Wonder Drug
That Could Save Your Life*

(英) 凯思·苏特 著 倪安红 译

黑龙江科学技术出版社

1 天 1 片 阿司匹林

[英] 凯思·苏特 著 倪安红 译

黑龙江科学技术出版社

AN ASPIRIN A DAY by Dr Keith Souter
First Published in Great Britain in 2011 by
Michael O'Mara Books Limited
copyright © Michael O'Mara Books Limited

图书在版编目 (C I P) 数据

1 天 1 片阿司匹林 / (英) 苏特著 ; 倪安红译 . —— 哈尔滨 : 黑龙江科学技术出版社 , 2013.10

ISBN 978-7-5388-7726-7

I . ① 1… II . ① 苏… ② 倪… III . ① 乙酰水杨酸—研究 IV . ① R971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 240171 号

1 天 1 片阿司匹林
1 TIAN 1 PIAN A SI PI LIN

作 者 (英) 凯思 · 苏特

责任编辑 刘丽奇 王 研

封面设计 烟 雨

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址 : 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编 : 150001

电话 : (0451) 53642106 传真 : (0451) 53642143

网址 : www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京大运河印刷有限责任公司

开 本 880 mm×1230 mm 1/32

印 张 6.5

字 数 100 千字

版 次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7726-7 / R · 2230

定 价 35.00 元

序言：神奇药物阿司匹林

四十多年前——阿司匹林仅被用于止痛和在发热时降低体温。事实上，在20世纪60年代晚期，研究已经显示阿司匹林具有抗血小板聚集的作用。然而直到1976年，南威尔士医学研究理事会（Medical Research Council, MRC）流行病学部才在《英国医学期刊》发表了第一篇关于阿司匹林在二级预防中发挥作用的临床研究结果，所谓二级预防也就是防止已经有过心脏病发作（心肌梗死）的男性患者再次发生这种病症。由于这项试验样本量小，缺乏说服力，在那时并没有引起足够的关注。但是该研究小组很快发表了另一项临床研究的结果，其他研究小组也逐步开展了他们自己的二级预防临床试验。这些研究中影响最大的是1988年发表于《柳叶刀》杂志的大样本国际性ISIS-2临床试验。该试验对160毫克阿司匹林（肠溶片）和1.5MU链激酶注射液这两种药物在心肌梗死早期的作用进行了析因分析。35天内，每种药物单独使用均能使血管性死亡率降低25%，而同时使用两种药物时死亡率降低了40%以上。随后进行的调查显示，这项研究对临床实践产生了非同一般的影响，并取得了相当显著的效果，因此联用阿司匹林和链激酶成为心肌梗死患者早期治疗的常规方案。

到2002年，抗血栓试验协作组（ATC）收集了所有参与二级预防临床试验的患者资料，证实阿司匹林可以将严重血管病

症降低1/4，血管性疾病死亡率降低1/6，非致死性心肌梗死减少1/3以及非致死性中风（学名脑卒中）减少1/4。研究清楚地显示，服用阿司匹林的益处显著高于其发生大出血的风险所致的害处。

因此对于心血管疾病或其他部位血管病症的患者，使用阿司匹林成为短期和长期二级预防的标准治疗方法。

阿司匹林在二级预防中的价值凸显了一个问题：它在一级预防中（即防止未曾发生过疾病的人们发生第一次疾病）是否具有一定的作用？到目前为止，一共报告了6项一级预防研究，他们的研究结果发表在2009年的《柳叶刀》杂志上。在二级预防中，阿司匹林可以将非致死性心脏病大幅度减少20%。但与之不同的是，阿司匹林对由致死性心脏病所致的死亡事件或中风并没有明显的影响，同时，服用阿司匹林后，血管性疾病死亡率并没有降低。与二级预防的结果相比较，这一发现令人困惑。一方面，可以归因于冠状动脉病理改变的严重程度是连续的，因此很难想象阿司匹林在某时间点没有作用而随后就有益处。另一方面，不应该认为那些先前受到或未曾受到临床事件影响的患者，他们的血管病理改变和对阿司匹林的反应就一定是相同的。

不管怎样解释，一级预防结果与二级预防结果明显对立。尽管对于先前发生过血管病症的患者，阿司匹林的益处显著超出了其大出血的风险，但对于一级预防而言就不同了，阿司匹林的益处仅仅在高风险事件中才能超过其危害。因此向那些无心脏疾病或中风的患者推荐服用阿司匹林，医生需要十分谨慎。而那些通过非处方药途径购买阿司匹林自行服用的患者很可能得不偿失。

最近，阿司匹林又引起了人们的注意——在连续服用5年后，阿司匹林可以大幅度降低几种癌症患者的死亡率，尤其是胃肠道癌症患者。

因此，阿司匹林可以让两种主要致死疾病即心血管疾病和癌症的患者受益。总结阿司匹林在癌症和心血管疾病中的研究结果，服用阿司匹林是利大于弊的。在心血管疾病的一级预防和二级预防，以及它对癌症死亡率的作用方面，似乎每日服用75毫克的阿司匹林与更高的剂量相比疗效相同，而大出血的风险几乎可以肯定是降低的。

阿司匹林是一种廉价药物，如果使用得当，没有严重的副作用，当然也不能忽略其引发胃肠道或大脑出血的可能性。无论你是医学专业人士或普通读者——如果你从现在起只能选择一种治疗药物，你会选择哪一种？会是阿司匹林吗？

基于多年的医生执业经验，凯思·苏特医生是回答关于阿司匹林诸多问题的理想人选。

汤姆·米德 教授

本书使用说明

本书作者或出版者并不希望读者认为这本书能够代替医生的专业意见。实际上，本书旨在为感兴趣的读者展现阿司匹林的历史、科学知识和过去多年关于阿司匹林的研究，从而使读者得以对这种非凡的药物有更多了解。

如果对于阿司匹林能帮助人们降低各种疾病风险的原因有很清晰的了解，读者就不会质疑小剂量阿司匹林对很多人群的潜在益处。另一方面，阿司匹林确实有许多潜在的副作用，有时还非常严重。

不要立即开始规律性地服用阿司匹林。在打算开始每天服用这种药物之前，应该咨询医生，权衡任何可能发生的副作用的风险。如果你患有多种疾病，如同时患有心血管疾病和某种癌症，你的决定就可能相当简单了。

至于那些目前健康、发生心血管疾病或癌症的风险似乎较低的人，是否应该服用阿司匹林作为一级预防措施，这个问题较难回答。如果你把它仅仅看作是一组疾病的一种预防措施，那你可能因为顾及发生副作用的风险而反对服用阿司匹林。而如果你认为它具有预防两组疾病的潜能，你可能会认为服用阿司匹林的利大于弊。了解这些不同领域关于阿司匹林的研究将有助于你做出决定。

为了写作这本书，我阅读了大量关于阿司匹林的研究论文。在这

里需要指出的是，对这些临床试验和论文的解读是我的个人判断。为了给出关于这种药物的客观观点，我力求精确，尽可能清楚地展示这些研究结果。

从根本上说，本书的全部目的是与读者探讨是否应该考虑每日服用一片阿司匹林，作为心血管疾病、癌症、老年痴呆症或其他疾病的预防性药物。

凯思·苏特

引言：阿司匹林是我决定成为一名医生的原因之一

我对阿司匹林有一种自然的尊重，在我进入医学院之前的十几年和我成为一名合格医生之前的时间里一直如此。原因非常简单，阿司匹林挽救了我父亲的生命。

听我母亲说，医生告诉她实际上是阿司匹林救了我父亲的命。回想起来，我不认为那个时候他的生命处于危险之中，尽管他确实患过一次风湿热，而这种疾病的一些并发症可能会相当严重。

我清楚地记得：他服用了大剂量的阿司匹林，每天有白头发的医生来看他。家人禁止我进入他的房间，后来那个房间变成了探视间，我在那里看着父亲逐渐康复，全家如释重负。

在某种意义上，阿司匹林是我决定成为一名医生的原因之一。

当我在医学院读书的时候，阿司匹林正经历一个不受青睐的时期。很多新的药物被开发出来，受欢迎的程度都超过了阿司匹林，因此阿司匹林也被认为只不过是一种家庭用药。

然而一些研究揭示了阿司匹林绝不是一种可以被轻视和贬低的药品。在小剂量服用时，它有着以前人们还没有了解的药效，并且每天仅需服用一片阿司匹林。

在过去的35年里，我发现阿司匹林逐渐恢复了往日的声誉，这让我神魂颠倒。只要小剂量，阿司匹林就可以有效减少心脏病发作和中

风的风险，而且也可能降低发生某些癌症的风险。研究中阿司匹林可以降低各种疾病风险的数量也在逐渐增加。最近，一项覆盖25 000患者（来自于哈佛大学和其他几个研究中心）的大型研究显示，每日规律地服用小剂量阿司匹林5年或5年以上，可以大幅度降低癌症的死亡率。

在成为一名医疗记者之前，我作为全科医生负责收集关于阿司匹林的相关信息，这是一项在医学研究理事会全科医生研究框架下的特约业务。我很高兴地看到，我们的一项研究显示阿司匹林具有降低心脏病初次发作风险的功效。尽管我只是数据采集者，以一种微不足道的方式参与了这项对临床实践产生重要影响的研究，我仍对此感到自豪。

从那时起，关于阿司匹林可能的作用机制和可能具有预防疾病的作用的研究越来越多。最近一项大规模临床试验显示，阿司匹林可能大幅度降低发生癌症疾病的风险。

似乎阿司匹林作为一种“神奇药物”被广泛应用的时代真正来临了。

如果你从现在起只能选择一种药物，你会选择哪一种？会是阿司匹林吗？

阿司匹林，传说中的魔兽：
一种神奇的药物。

阿司匹林如炸薯片那样便宜！

不要立即开始规律性地服用阿司匹林。
在打算开始每天服用这种药物之前，
应该咨询医生。

阿司匹林最早被用于止痛和降低体温。现在，服用阿司匹林20年后死亡率下降为：

- ◆ 前列腺癌患者10%
- ◆ 肺癌患者30%
- ◆ 胃肠道癌症患者54%
- ◆ 食管癌（腺癌型）患者60%

连续服用5后，阿司匹林对某些癌症开始起预防作用。

阿司匹林在患者40~50岁期间开始发挥最大的效用。

注意：16岁以下的青少年禁止服用阿司匹林。

目 录

序言 神奇药物阿司匹林 / 8

本书使用说明 / 11

引 言：阿司匹林是我决定成为一名医生的原因之一 / 13

关于阿司匹林

1 | 心脏病发作和中风…1 / 癌症…3 / 特定类型的癌症…3 / 阿尔茨海默症…5 / 你能服用阿司匹林吗…5

阿司匹林是一种神奇药物吗

2 | 神奇药物存在吗…8 / 阿司匹林登场…8 / 阿司匹林——一种充满矛盾的药物…11 / 如炸薯片那样便宜…14 / 阿司匹林与扑热息痛…15 / 阿司匹林的应用…15 / 阿司匹林的治疗作用…18 / 阿司匹林的副作用…20

阿司匹林的作用机制

3 | 阿司匹林的化学面纱…22 / 什么是“前列腺素”…23 / 前列腺素有什么作用…24 / 阿司匹林全景图…25 / 阿司匹林在行动…26 / 出血问题…28 / 没有副作用的药物…30 / 小剂量阿司匹林…31

疼痛、发热和炎症

- 4 | 疼痛…32 / 疼痛的类型…33 / 阿司匹林作为镇痛剂如何起作用…34 / 退热剂阿司匹林…35 / 阿司匹林如何降低体温…35 / 阿司匹林与头痛…40

心脏和血液循环

- 5 | 心脏…44 / 血管…45 / 关于心脏和循环系统的历史…46 / 心脏的血液供给…48 / 冠状动脉…49 / 心脏会出什么毛病…51 / 阿司匹林在减少血栓方面的作用…55 / 不同类型的心脏病发作…56 / 怀疑是心脏病发作的检查…56 / 心脏病发作后的紧急治疗…57 / 阿司匹林与心脏病发作的一级预防…62

中风

- 6 | 关于中风的统计资料…70 / 中风的类型…71 / 中风的症状…72 / 中风的治疗…73 / 发生中风的危险因素…73 / 阿司匹林能预防中风吗…74 / 房颤和中风…75 / 阿司匹林与房颤…77

阿司匹林与动脉、静脉、妊娠

- 7 | 外周动脉疾病…81 / 阿司匹林能起作用吗…82 / 阿司匹林与妊娠…83 / 高血压…84 / 静脉…86 / 静脉曲张…87 / 静脉里的血凝块…87 / 阿司匹林能预防深静脉血栓吗…89 / 关于旅行的问题…91

阿司匹林与痴呆症

- 8 | 关于痴呆症的统计数据…94 / 阿尔茨海默症…95 / 阿司匹林对阿尔茨海默症有用吗…97 / 血管性痴呆…98 / 阿司匹林如何治疗痴呆症…98

阿司匹林与癌症

- 9 | 关于癌症的统计资料…103 / 肿瘤形成…104 / 癌症的扩散…105 / 癌症的症状…106 / 癌症的病因…107 / 癌症的治疗…112 / 预防癌症的一般措施…113 / 阿司匹林与癌症预防…115 / 阿司匹林与死于癌症的长期风险…117

结直肠癌

- 10 | 结直肠癌…124 / 阿司匹林与结直肠癌…126

肺 癌

- 11 | 关于肺癌的一些事实…132 / 阿司匹林与肺癌…133

乳腺癌

- 12 | 关于乳腺癌的统计资料…136 / 阿司匹林与乳腺癌…137

前列腺癌

- 13 | 前列腺…140 / 前列腺癌…141 / 阿司匹林与前列腺癌…142 / 阿司匹林对前列腺癌确诊病例的作用…143

阿司匹林与糖尿病

- 14 | 糖尿病的并发症…146 / 糖尿病患者需要服用阿司匹林吗…147

抑郁症

- 15 | 抑郁症的久远历史…151 / 抑郁症的剖析…152 / 抗抑郁药物…154 / 抑郁症的生物化学机制…155 / 阿司匹林对抑郁症有作用吗…156 / 阿司匹林如何起作用…158

皮 肤

- 16 | 阿司匹林与皮肤疾病…160 / 用阿司匹林制备的药物…161

阿司匹林的非常用法

- 17 | 阿司匹林的非常医学用途…164 / 阿司匹林让植物结更多果实…165 / 阿司匹林在园艺中的抗真菌作用…167 / 阿司匹林减轻绿发现象…167 / 阿司匹林去除汗渍…168 / 阿司匹林去除手指上的烟渍…169 / 阿司匹林去除墙上的

香烟烟渍…170 / 阿司匹林去除头皮屑…170 / 阿司匹林可缩小斑点或丘疹…171 / 阿司匹林治疗昆虫叮咬…172 / 阿司匹林治疗向内生长的毛发…173 / 阿司匹林治疗胼胝或去除老茧…173

阿司匹林：副作用与预防

18 | 胃肠道副作用…175 / 阿司匹林副作用的危险信号…177 / 阿司匹林的超敏反应…178 / 阿司匹林诱发的哮喘…179 / 阿司匹林急性超敏反应…179 / 青肿…179 / 出血性中风…180 / 瑞氏综合征…181 / 阿司匹林与外科手术…182 / 可能与阿司匹林相互作用的药物…182

附录：阿司匹林的历史

阿司匹林与植物的渊源…186 / 阿司匹林的配方…194 / 阿司匹林首次亮相…195 / 战争时期的阿司匹林…196 / 揭开阿司匹林令人惊讶的秘密…198 / 21世纪的阿司匹林…199

关于阿司匹林的思考…200

医学术语表…202