

摘要

隨著人口高齡化與社會經濟的轉變，慢性病對人類健康的影響越來越劇烈，而腦血管疾病為其中具代表性的慢性病之一，根據研究資料顯示，腦血管疾病與日常生活中的運動量及飲食息息相關，因此本研究蒐集 NHANES 與 NDI 資料庫中 2001 年至 2010 年間各類數據加以彙整，並以存活分析探討腦血管疾病患者其運動量及飲食狀況對於死亡率之影響，研究結果發現飲食中脂肪、單飽和脂肪酸、咖啡因與水分的攝取量，以及運動時數的不同，對於腦血管疾病患者死亡率有顯著的相關性，藉此研究結果建議腦血管疾病患者上述四類營養素之攝取量與每周運動時數以降低病後死亡率。

關鍵字：腦血管疾病、飲食、運動、NHANES、死亡率