

---

# 锻炼有助于延缓1型糖尿病诊断初期病情

作者：张家伟 来源：新华社

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/2045.html>

**本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！**

英国伯明翰大学5日发布的一项研究显示，在1型糖尿病被诊断出来的最初几个月内，如果患者坚持锻炼，则有助于让病情发展出现较长缓解期。

该校研究人员领衔的团队就1型糖尿病与锻炼的关系进行了深入评估。他们分析了来自英国3个诊所共17名患者的病情，这些患者当时被诊断出患这一疾病的时间不长，并且都坚持一定强度的身体锻炼。研究团队将这些患者与那些刚刚被诊断出患这一疾病但没有锻炼习惯，且年龄等条件相仿的患者进行对比。

据研究团队发表在英国《糖尿病医学》杂志上的报告显示，那些坚持锻炼的患者中，病情得到部分缓解的时间平均达到33个月，而不锻炼的患者仅有6个月。

此前已有学术观点认为，成年人刚被诊断出1型糖尿病时，大约60%会经历一个病情蜜月期，即这期间病情发展得到部分缓解。

糖尿病有两种主要类型：1型和2型。1型糖尿病患者通常不能自己分泌胰岛素，需要注射胰岛素来维持生命。2型糖尿病患者通常自己能分泌胰岛素，但不能产生足够的胰岛素或无法有效利用。

报告主要作者、伯明翰大学的纳伦德兰博士说，研究人员的观点是锻炼能改善身体对胰岛素的反应，并且能保护胰腺中细胞产生胰岛素的功能，这都有助于延长病情蜜月期。

研究人员表示，下一步需要通过更多临床试验来进一步验证锻炼与1型糖尿病的关系，以及背后的机制。(来源：新华社 张家伟)

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发