
三思！吃安眠药增加痴呆症风险

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/21802.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！

三思!吃安眠药增加痴呆症风险。



图片来源：pixabay

1月31日，一项发表于《阿尔茨海默病杂志》的研究表明，安眠药会增加白人患痴呆症的风险，而药物类型和数量可能是主要风险因素。

此前的研究表明，黑人比白人更有可能患上阿尔茨海默病，而且他们有不同的危险因素和疾病表现。

这次，大约3000名未生活在疗养院、未患痴呆症的老人被纳入健康、衰老和身体成分研究，平均随访时间为9年。他们的平均年龄为74岁。其中42%是黑人，58%是白人。在研究期间，20%的人患上了痴呆症。

白人参与者中，经常或几乎总是服用安眠药的人比从不或很少服用安眠药的人患痴呆症的概率高了79%。黑人参与者服用安眠药的量明显较低，而且经常服用安眠药的人患痴呆症的可能性与不服用或很少服用安眠药的人相似。

差异可能归因于社会经济地位。论文第一作者、加州大学旧金山分校的Yue Leng表示，能够服用安眠药的黑人参与者可能是社会经济地位较高的特定群体，他们的认知储备更多，因此不易患痴呆症。

但与其他药物相比，一些安眠药与更高的痴呆症风险有关。她补充说。

研究人员发现，白人(7.7%)经常服用安眠药的可能性是黑人(2.7%)的2倍多，即一个月服用5至15次，或者每月服用16次甚至每天服用。

白人使用苯二氮卓类药物的可能性几乎是黑人的两倍，如海尔神、盐酸氟胺安定和替马西洋。这些药物是治疗慢性失眠的处方药。白人服用曲唑酮的可能性是黑人的10倍。曲唑酮是一种抗抑郁药，也可作为睡眠辅助药。白人服用Z类药物的可能性是其他人的7倍多，比如所谓的镇静催眠药安必恩。

虽然未来的研究可能会证实安眠药的认知风险或回报，以及种族可能发挥的作用，但Leng表示，睡眠不佳的患者在服用药物之前应该三思。

首先应确定患者面临的是哪种睡眠问题。其次，如果诊断为失眠，认知行为治疗失眠是一线治疗方法。再次，如果使用药物，褪黑素可能是一个更安全的选择。Leng表示。(来源：中国科学报王方)

相关论文信息：<https://doi.org/10.3233/JAD-221006>

作者：Yue Leng 来源：《阿尔茨海默病杂志》

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