
降低高血压，也能缓解痴呆风险

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/32887.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！

降低高血压，也能缓解痴呆风险。中国医科大学心血管疾病研究所所长孙英贤团队与美国得克萨斯大学西南医学中心教授何江团队合作，通过一项覆盖近3.4万名患者的3期临床试验发现，降低高血压能显著缓解痴呆症和非痴呆性认知障碍的风险。该结果表明，在高血压患者中大范围推广更严格的血压控制或对缓解全球痴呆症疾病负担具有重要意义。相关研究4月21日晚发表于《自然—医学》。

据估算，全球痴呆症患者人数将从2019年的5740万人增加至2050年的1.528亿人，而中低收入国家受到的影响最为严重。之前的研究显示，生活方式干预——如健康饮食和定期锻炼，或是缓解全球痴呆症发病率上升的最有效手段。研究还发现，未治疗高血压的患者终生出现痴呆症的风险比健康研究对象高出42%。不过，只有少数随机对照试验测试过降血压药物对痴呆症风险的影响，而且没有试验将其作为一个主要试验终点。

孙英贤与合作者在我国33995名乡村患者中测试了由乡村医生（或非医师社区医疗提供者）主导的干预措施对于血压控制、全因性痴呆症和认知障碍的效果。患者年龄为40岁或以上，居住在中国农村，患有未治疗的高血压。在干预组，17407名患者服用抗高血压药物，并接受了居家血压监测，生活方式改变如减重、减少钠摄入和酒精摄入，以及服药依从性等健康指导。对照组的人则接受血压管理培训，并在医疗保健场所监测血压。在48个月里，他们发现干预组比对照组的血压控制更好，更多患者达到了目标水平。强化血压管理使全因性痴呆症风险显著降低了15%，认知障碍降低了16%。

研究结果表明，经证实的降血压干预措施或有助于减少痴呆症的全球发病率和影响，这种干预应广泛采用并扩展，以降低全球痴呆症负担。（来源：中国科学报 冯丽妃）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1038/s41591-025-03616-8>

作者：孙英贤等 来源：《自然—医学》

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

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