老年身心健康领域研究获进展

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/34301.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！

老年身心健康领域研究获进展。近日，华南师范大学心理学院教授王园园及博士生张正在老年身心健康领域研究取得重要进展。他们首次系统揭示了虚弱通过抑郁症状显著提升中老年人心血管疾病风险的机制。相关成果发表于《自然-通讯》（Nature Communications）。

随着全球老龄化加速，心血管疾病（CVD）已成为中老年人群致死致残的主要原因。近年来，虚弱作为一种老年综合征，已被证实显著增加CVD风险。然而，虚弱并非单一的生理现象，它常常伴随心理困扰，尤其是抑郁症状。

抑郁不仅与炎症、代谢紊乱、自主神经功能异常密切相关，还可能通过行为路径（如身体活动减少、营养摄入不良）进一步加重虚弱与CVD的恶性循环。更重要的是，抑郁具有可干预性，因此在虚弱与CVD关系中识别其中介作用，能够为早期识别高风险个体、制定心理干预策略提供理论基础与实践路径，从而有效降低老年群体的心血管负担。

该研究在国家自然科学基金、国家社会科学基金、华南师范大学冲一流、补短板、强特色心理学关键学科基金等项目的资助下，基于五大国际纵向队列，首次系统揭示了虚弱通过抑郁症状显著提升中老年人心血管疾病风险的机制。

研究发现，从虚弱状态恢复、减轻抑郁症状均能显著降低CVD发病风险，表明及时识别并干预这一身心互动过程具有重要临床价值。未来的健康老龄化战略，应注重多层次、跨学科的综合干预方案，融合心理支持、身体康复、健康生活方式等模块，构建文化敏感型的防控体系。同时，鼓励跨国数据协作，推动虚弱与心理共病在不同文化背景下的早期筛查、精准分层和个体化干预，将为全球老龄社会中的CVD防控提供更加科学、高效的实践路径。

该研究成果不仅体现了华南师范大学心理学院在健康心理学与老龄化研究领域的探索性突破，也充分彰显了该院在高水平科研产出与研究生科研能力培养方面的综合实力。（来源：中国科学报 朱汉斌）

相关论文信息：https://doi.org/10.1038/s41467-025-61089-2

作者：王园园等 来源：《自然—通讯》

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转发