孕期及产后抑郁怎么破？研究发现最新干预办法

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/34374.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！

孕期及产后抑郁怎么破？
研究发现最新干预办法
。芬兰图尔库大学一项新研究显示，孕期或产后出现抑郁、焦虑症状的女性，其肠道菌群组成与无相关症状者存在显著差异。这一发现为探究肠道菌群与孕产妇心理健康之间的关联提供了新证据。

图尔库大学近日发布新闻公报介绍，抑郁和焦虑是女性孕期及产后常见心理问题，可能表现为情绪低落、易怒、睡眠障碍或持续性担忧等。相关流行病学数据显示，10%至20%的女性在孕期或产后会经历此类心理健康困扰。

该校研究团队追踪了419名女性从妊娠早期至产后一年的心理健康状况，借助问卷量表评估她们的抑郁和焦虑水平，并在妊娠早期和晚期采集肠道菌群样本，分析其微生物组成和功能特征。

研究发现，孕期及产后抑郁症状较为严重的女性体内，各种链球菌含量明显较高。此外，孕妇在妊娠晚期体内哈氏梭菌含量较高与产后抑郁相关，而克拉氏拟杆菌含量较高则同时关联孕期抑郁和产后焦虑。

此前研究表明，这些菌种与人体的炎症状态有关。图尔库大学生物医学系研究人员亚尼娜·希耶塔说，这项研究进一步支持了一个关键机制：孕产妇体内慢性低度炎症可能是诱发抑郁和焦虑症状的重要因素；肠道菌群组成可能影响身体炎症反应，并进而影响母亲心理健康。

相关论文已发表在学术期刊《大脑、行为和免疫-健康》上。研究人员表示，抑郁和焦虑属于多种因素诱发症状，肠道菌群作为其中可能的影响因素之一，值得深入研究。未来可考虑通过营养、饮食等手段干预孕产妇肠道菌群组成，为降低孕产期心理障碍风险提供新的思路。

来源：央视新闻客户端

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