

---

# 间歇性禁食有助于改善阿尔茨海默病认知障碍

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/37105.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！*

间歇性禁食有助于改善阿尔茨海默病认知障碍。11月29日，西北农林科技大学食品科学与工程学院教授刘志刚、刘学波与北京大学深圳医院神经内科副主任陈旭辉在《科学进展》在线发表论文，该论文发现，间歇性禁食可通过影响重塑肠道微生物群，改善阿尔茨海默病相关的认知功能障碍。

阿尔茨海默病是一种主要的神经退行性疾病，其病理特征包括脑内 $\beta$ -淀粉样蛋白沉积和Tau蛋白缠结，最终导致了患者的认知功能障碍。由于缺乏有效的药物治疗，探索非药物性的营养干预策略迫在眉睫。

间歇性禁食作为一种限制每日进食时间的饮食策略，因其改善认知功能的潜力而受到关注。先前研究提示，间歇性禁食对认知功能的保护作用可能与调节肠-脑轴、提升有益代谢产物有关。

研究人员利用阿尔茨海默病转基因小鼠模型进行为期16周的间歇性禁食干预，并通过行为学测试评估其认知功能改善效果。同时，对海马区进行转录组、肠道菌群组成（微生物组）以及血浆代谢物（代谢组）进行整合分析。

研究发现，经间歇性禁食干预后小鼠的认知功能得到显著改善，减轻了脑内 $\beta$ -淀粉样蛋白的积累，并改善了小鼠的突触结构。其主要机制是禁食改变了肠道菌群结构增加了微生物代谢物吲哚丙酸的产生并抑制脑内的过度炎症。

刘志刚表示，我们的研究发现为阿尔茨海默病的防治提供了新的视角，为未来开发基于特定膳食模式、微生物代谢物或下一代益生菌的脑健康营养干预产品提供了理论基础和科学依据。（来源：中国科学报 刘如楠）

相关论文信息：<https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.adw8410>

作者：刘志刚等 来源：《科学进展》

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](http://iikx.com)转发