
女性18至42岁体温为何逐年升高

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/39853.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！

女性18至42岁体温为何逐年升高。从18岁到42岁，女性的静息体温每年都会略微上升，但其具体原因尚待进一步研究。近日发表于《科学-转化医学》的这一发现，为利用温度感应型穿戴设备来监测衰老过程、检测围绝经期或潜在健康问题提供了可能。



从成年初期到中年时期，女性体温会逐渐升高。图片来源：Dmitry Marchenko/Alamy

体温变化信号中蕴藏着大量健康相关信息。美国斯坦福国际咨询研究所的Marie Gombert-Labedens说，希望这项研究能推动发现新的健康状况指标，体温或许是一个尚未被充分挖掘的健康信息宝库。

Gombert-Labedens和同事对上世纪90年代的一项研究数据进行了分析。该研究要求参与实验的750

余名18至42岁女性，每天清晨醒来时用体温计测量口腔或直肠温度。

检测结果显示，总体而言，参与者月经周期的前半段体温较低，而在排卵发生后的后半段体温较高。许多备孕App就是依据这种体温变化来推算女性易受孕期。

研究团队对相关数据进行了更细致的复盘分析，以探究年龄在月经周期不同阶段对体温的影响。他们发现，从18岁到42岁的每一年里，参与者的平均体温都会略微升高。因此，在整个月经周期的两个阶段中，35岁及以上的参与者体温平均比年轻参与者高出约0.05摄氏度。

该结论也与团队此前研究相吻合。该研究通过智能戒指持续监测指尖皮肤温度发现，42至55岁女性的指尖皮肤温度普遍高于18~35岁女性。

Gombert-Labedens指出，体温逐年升高可能与激素水平变化相关，尤其在生育年龄接近尾声时。进入围绝经期后，体温可能会突然升高，引发潮热、盗汗症状，但目前尚不清楚这是否与上述机制有关。

本研究仅纳入未使用激素类避孕药、且无多囊卵巢综合征等内分泌卵巢疾病的女性，因此激素类药物、内分泌疾病长期来看会如何影响体温变化，目前尚无定论。

另有研究表明，女性绝经后，体温往往会回落至较低水平，并与男性的体温趋于一致。

Gombert-Labedens提到，中年女性基础体温偏高，也恰好能解释为何这个年龄段的女性普遍感觉不再像以前那么怕冷。我们推测，中年女性体温偏高会影响其对环境温度的感知和反应。

Gombert-Labedens表示，随着智能戒指及各类监测体温的可穿戴设备的日益普及，或许能够识别出个体体温趋势中的异常情况，从而预判绝经期的临近、评估生物衰老速度，甚至能检测出卵巢癌或其他疾病的早期迹象。（来源：中国科学报 李惠钰）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1126/sciadv.aeb1175>

作者：Marie Gombert-Labedens 来源：《科学—转化医学》

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