研究明确阿尔茨海默病早期干预关键窗口

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/40640.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！

中新网北京7月5日电 由阿尔茨海默病防治协会主办的第十二届全国阿尔茨海默病及相关病学术大会7月3日至5日在海口市举行。大会聚集了国内外相关领域的优秀专家。其中，首都医科大学宣武医院贾建平教授在大会期间作学术报告时表示，其团队在阿尔茨海默病(AD)防治领域取得系列重磅研究成果，系统阐明了阿尔茨海默病临床前认知韧性干预窗口期规律，验证了健康生活方式对疾病防控的核心价值，为我国阿尔茨海默病早期精准干预、常态化防控体系建设提供了权威科学依据。

据了解，阿尔茨海默病的病理改变具有极强隐匿性，在记忆力减退、认知障碍等临床症状出现前数十年，大脑病理损伤就已逐步累积。在漫长的病理进展过程中，大脑存在特殊的认知韧性阶段，也是该病干预效果最显著的黄金窗口期。长期以来，如何精准界定这一关键窗口期，挖掘可落地、可推广的干预手段，是全球阿尔茨海默病预防研究领域的核心技术难题。

为破解这一行业瓶颈，贾建平教授团队开展大规模、长周期的队列研究，依托近3万人群样本、历时20年的多中心追踪调研，成功探明阿尔茨海默病生物标志物的时序级联变化规律，实现疾病提前18年精准预判、早期诊断。该研究成果发表于国际顶级期刊《新英格兰医学杂志》，精准界定了阿尔茨海默病临床前认知韧性窗口期，填补了国内该领域早期时序研究空白，为超早期筛查、临床干预时机选择、新药研发试验提供了标准化科学支撑。

在明确干预窗口期的基础上，团队持续深耕疾病预防落地路径，开展为期10年的前瞻性人群预防研究。研究数据证实，坚持合理饮食、规律运动、积极社交、科学认知训练、戒烟限酒等六种健康生活方式，能够有效延缓记忆力衰退，可将痴呆、轻度认知障碍的发病风险降低60%以上。该成果刊发于《英国医学杂志》，是我国首个本土原创、高质量的生活方式预防痴呆循证医学证据，为全民科普、大众防控提供了权威指导。

研究团队进一步深化细分研究，通过长达18年的长期队列随访发现，同时坚持太极拳锻炼与本土化改良MIND-中国饮食(cMIND饮食)的人群，相较于未践行两类健康方式的人群，认知健康寿命可延后9.8年，总体寿命可延长7年。该数据进一步量化证实了个性化、组合式健康生活干预的长效价值，为大众精准预防阿尔茨海默病提供了可复制、可践行的科学方案。(完)

（原题：贾建平教授团队研究明确阿尔茨海默病早期干预关键窗口）

来源：中新网

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