健康生活方式或可降低痴呆风险

作者：鲁亦 来源：中国科学报

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/6598.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！

健康生活方式或可降低痴呆风险。健康的生活方式或能降低有中低痴呆遗传风险人群的患病风险。相关论文8月26日刊登于《自然—医学》。

虽然引起痴呆的确切原因尚不清楚，但遗传因素和生活方式因素(如缺乏定期锻炼)都被认为是这一复杂疾病的主要诱因。此前研究大多只关注单个保护因素，但多个因素的综合有益作用可能会超过其各自作用的总和。

为了研究生活方式因素和遗传易感性对痴呆风险的综合影响，荷兰鹿特丹伊拉斯姆斯大学医学中心流行病学系的Silvan Licher和同事分析了鹿特丹研究中6000多名55岁及以上个体的数据。

研究人员基于良好的健康和生活方式因素为所有个体打分，这些因素包括定期体育活动、健康饮食、限量饮酒、戒烟等。他们根据得分发现，对于遗传易感风险较低的个体来说，良好的生活方式与进一步降低痴呆风险有关。与此相对，不良的生活方式会让痴呆遗传风险较低的个体的痴呆风险升高。

作者还发现，良好或不良的生活方式似乎都无法改变遗传易感风险本来就高的个体的痴呆风险。

作者指出，虽然他们的工作得益于一项大型纵向研究，但仍需开展独立人群分析以进一步验证该发现。

相关论文信息：https://doi.org/10.1038/s41591-019-0547-7

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