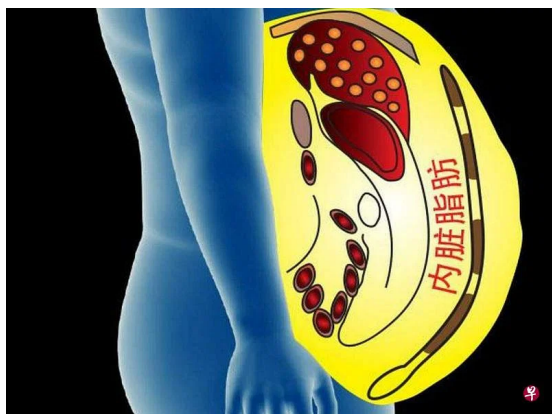




南大研究：内脏脂肪过多与认知功能下降有关联

发布/3小时前



研究显示，过多的内脏脂肪、较高的身体质量指数（BMI）与腰臀比都会使人在思考、学习、记忆方面的表现变差。（档案示意图）

字体大小: 小 中 大

本地一项最新研究显示，内脏脂肪过多的亚洲人，往往在思考、学习和记忆方面的能力比较差。这意味预防肥胖有助于维持认知功能。

南洋理工大学李光前医学院的研究显示，亚洲人内脏脂肪过多与认知能力有关联，过多的内脏脂肪、较高的身体质量指数（BMI）与腰臀比（BMI-adjusted waist-to-hip ratio）都会使人在思考、学习、记忆方面的表现变差。

这项研究成果在今年4月的《柳叶刀——区域健康（西太平洋）》期刊，由南大李光前医学院科研人员主导，国立健保集团和伦敦帝国理工学院合作完成。

上述研究是根据2018年开展的“新加坡的生命健康科学研究”（Health for Life in Singapore, 简称HELIOS），分析了8769名年龄介于30岁与84岁之间，居住在新加坡的华人、马来人与南亚人的健康数据。通过一系列的认知测试、身体检查以及生理生化评估，结果显示较低的高密度脂蛋白（“有益”胆固醇）、较高的内脏脂肪指数和腰臀比是导致不良认知表现的三大因素。

部分亚洲人内脏脂肪天生较多

为进一步了解身体脂肪与认知功能之间的关联，科研人员采用孟德尔随机化（Mendelian randomisation）的研究方法，关注不同个体的基因片段与遗传变异。通过大量数据分析，他们发现，因为某些特定基因与遗传，部分亚洲人的内脏脂肪天生就比别人多，这些人往往更可能出现认知功能下降的问题。

这一结论强调了预防肥胖对维持认知功能的重要影响，李光前医学院心血管疾病流行病学约翰·钱伯斯教授（John Chambers）说，这些发现显示，在亚洲人群中预防和控制肥胖有助于降低患失智症的风险。预计到2030年，失智症将影响全球7800万人，到2050年预计会影响1.39亿人。

订阅早报数码配套个人版，解锁每月超过2000篇早报订户专享内容！

最畅销

早报数码配套个人版 (每年付费) 每月 \$9.90 \$4.95*	立即订阅 *第一年\$59.40, 第二年 起每年\$118.80
早报数码配套个人版 (每月付费) 每月\$9.90*	立即订阅 *无合约

请LIKE我们的官方脸书网页以获
取更多资讯

热词

肥胖 | 南大 | 亚洲 | 研究 | 失智

巴刹砂拉越鲜猪肉供应成本每公斤涨3元

受银行股拖累 本地股市周三早盘跌0.88%

news POST 购买此文章