

饮食变化 或有助改善老年痴呆症状

研究发现改变饮食的实验鼠老年痴呆症状被逆转

美媒称,用绿茶和胡萝卜所含化合物配制的特殊饮食恢复了实验鼠的记忆力。

据报道,美国南加州大学的研究人称,在绿茶和胡萝卜中找到的化合物所制作的饮食逆转了实验鼠身上类似于阿尔茨海默病的症状。这些实验鼠先前经过了基因改造以便让它们患上阿尔茨海默病。

研究人员强调说,这一研究结果为下述观点提供证据,即某些现成、基于植物的补充剂或许可以为人类提供老年痴呆症的预防。

南加州大学凯克医学院齐尔卡神经遗传研究所生理学 and 神经科学教授特伦斯·汤说:“你不必等待某种设计好的药物在10到12年后上市,你今天就可以做出相应

的饮食变化。这是令人鼓舞的消息。”

此外,这项研究还佐证了一种看法,即联合疗法——而非某种单一的灵丹妙药——或许这才是治疗美国570万阿尔茨海默病患者的最佳办法。联合疗法已经是治疗癌症、艾滋病毒感染和风湿性关节炎等疾病的标准手段。

报道称,在这项研究中,研究人员考察了两种化合物:一种是绿茶中的关键成分表没食子儿茶素没食子酸酯(EGCG),另一种是存在与胡萝卜、西红柿、小麦和燕麦中的阿魏酸(FA)。

研究人员随机地把32只

出现类似阿尔茨海默病症状的实验鼠分为雌雄数目相等的4个组。为了进行比较,每个组还包含数目相同的健康老鼠。在3个月的时间里,这4组实验鼠分别服用了EGCG和FA混合饲料、纯EGCG饲料、纯FA饲料或安慰剂。

报道介绍,在进行为期3个月的特别饮食前后,科学家对实验鼠进行了一系列神经心理测试,这些测试大致类似于评估人类痴呆症的思维和记忆力测试。尤其值得一提是测试老鼠空间有效记忆的Y字形迷宫测试,它测试老鼠的空间工作记忆——人类就是利用这种技能找到走出建筑物的出口。

健康老鼠会本能地探索Y迷宫的每一条通路,寻找食物或逃跑路径。但功能受损的老鼠表现没有头脑健康的

老鼠那么好。

特伦斯·汤说:“3个月

后,联合治疗完全恢复了工作记忆,那些阿尔茨海默病实验鼠表现得与健康的对照组实验鼠一样出色。”

其中的原理是什么?特伦斯·汤说,一种机制似乎在于这两种物质能够防止淀粉样母体蛋白分解为更小的β-淀粉样蛋白,后者会扰乱阿尔茨海默病患者的大脑。此外,这些化合物似乎能减轻大脑中的神经炎症和氧化压力——这二者是人类阿尔茨海默病的重要病理因素。

特伦斯·汤表示,他和他的实验室将继续探索联合治疗,把重点放在可以抑制棘手的β-淀粉样蛋白斑块的植物衍生物物质上面。

/新华社

与孩子玩耍或有助减缓老年抑郁

英国伦敦一家养老院的委托研究显示,有小孩每日来访并一起活动有助于缓解老人抑郁情绪,令老人们感觉更幸福。

研究期间,有幼儿每天到访位于伦敦南部的夜莺养老院,与居住在那里的老

人一起从事烘焙、唱歌、园艺、讲故事和早教识数等活动。研究人员观察为期5个月活动对养老院里40名老人的影响,并计入老人家属及看护人员觉察到的变化后发现,与幼儿相处对老人益处颇多,包括缓解他们的

孤独感和抑郁症状、锻炼他们的大脑、提升他们的幸福感。

参与研究的老人年龄介于80岁到100多岁之间,阿尔茨海默病(又称早老性痴呆)患者优先参加。研究期间,除有孩童来访,

儿童的看护人员、早教老师和一些志愿者等年轻人也来到养老院。据报道,夜莺养老院计划试行与孩童共处的疗法,用以缓解居住在那里老人的抑郁症状。

/新华社

“坏胆固醇”水平过高 可致缺血性脑卒中风险增加

中英两国研究人员11日在英国《自然·医学》杂志发表报告说,如果血液中的低密度脂蛋白胆固醇(即所谓“坏胆固醇”)水平过高,会增加缺血性脑卒中发病风险。

脑卒中又称中风,主要有两种类型:脑内血管阻塞所致的缺血性脑卒中;脑内血管破裂引起的出血性脑卒中。

中国和英国的学者基于

一个名为“中国慢性病前瞻性研究”的项目,对血液胆固醇水平与不同类型脑卒中风险的关联进行了深入分析。这个项目调查的人群涉及中国10个地区的50万名中年人。本次研究选取了9年随访期内出现的5000多例缺血性脑卒中病例和近5000例出血性脑卒中病例,并将他们的各类血脂水平与6000余名健康人进行

对比。

团队分析发现,“坏胆固醇”水平与缺血性脑卒中的风险呈显著正相关,即水平越高发病风险越大;但“坏胆固醇”水平与出血性卒中的风险呈负相关。进一步整合并分析全球降脂临床试验的结果后,团队认为有必要更广泛推广他汀类降脂药物的使用。

报告作者之一、牛津大学

纳菲尔德人群健康系教授陈铮鸣接受记者采访时说,当前中国临床使用他汀类降脂药物的普及度不高。按照国际健康指南,对那些心血管疾病高危人群来说,不仅要改善生活方式,还应服用他汀类降脂药来控制相关病情。不过,对于具体病例而言,患者用药仍应遵医嘱,不应擅自用药。

/新华社

BBC盘点全球十大死因 心血管疾病成人类“头号杀手”



英媒称,随着医疗卫生的进步和改善,全球人口预

期寿命持续提高。尽管如此,在世界范围内仍有许多人过早夭折,或是死于本来可以预防的疾病。那么,到底是什么才是造成人类死亡的头号杀手呢?

据报道,2017年,全球共有5600万人死亡。70%以上的人死于非传染性慢性病。其中,最大的单一杀手是心血管疾病,即跟心脏和动脉有关的疾病。每3个人当中就有1人死于与心血管有关的疾病。

排在前十名的死亡原因分别是:心血管疾病,癌症,

呼吸系统疾病,糖尿病,下呼吸道感染,失智症(俗称老年痴呆症),新生儿死亡,腹泻病,交通事故,肝病。

报道称,在世界人口死亡原因方面,可能最让人感到震惊的是一些很容易预防的死亡。

例如,2017年全世界大约有160万人死于腹泻。在有些国家,它甚至是头号杀手。

另外一个可预防死亡的领域与新生儿有关。2017年,全世界大约180万新生儿在出生后的28天内夭折。

交通事故死亡率也居高

不下。2017年大约有120万人死于车祸。

此外,自杀也是导致非正常死亡的主要原因之一。全球范围内,由于自杀而导致的死亡比他杀高出两倍。

报道称,人类在抗击疾病、减少整体人口死亡率,以及提高预期寿命方面仍有很长一段路要走。

报道称,除了继续提高和改善卫生、营养和疫苗等基本医疗保健外,加强安全措施和改善心理及精神健康也至关重要。

/新华社

我国科学家发现： 对乙肝病毒携带者 血液活检可发现早期肝癌

近日,我国科学家研发出通过检测血液中的细胞游离DNA突变和蛋白标志物进行肝癌早期筛查的技术方法,可以从无症状的乙肝病毒携带者中发现早期肝癌。这项技术经过严格的临床验证后,有望建立更加便捷、无创、标准化的肝癌早期筛查方案。

这项研究成果由国家癌症中心/中国医学科学院肿瘤医院团队与泛生子基因公司合作完成。论文作者之一、泛生子基因公司首席执行官王思振介绍,这项技术方法在本次研究中能够发现小于3厘米的早期肝癌。研究人员通过抽取外周血获取其中的细胞游离DNA突变和蛋白标志物信息,对331例甲胎蛋白和B超检测结果正常的乙肝病毒携带者进行筛查,检出24例阳性者,且在后续6至8个月追踪随访中,发现其中4例罹患肝癌。剩余307例阴性者,随访期内无一发现肝癌。

“癌症早筛对于科学实验的设计及其研究技术来说,是极具挑战的。此次研究对无症状的331例高危人群进行筛查,在这个队列实现了100%的灵敏度、94%的特异性和17%的阳性预测值。”论文作者之一、泛生子基因公司首席科学家阎海说,目前研究团队正在使用此技术,通过多中心、更大规模的前瞻性队列人群的系统研究,进一步优化筛查技术和方法。

王思振表示,此项技术有望应用于乙肝病毒携带者等高危人群的肝癌早期筛查,具有较高的临床价值和社会意义。

/新华社

儿童糖尿病患者增加 专家提醒切莫过度喂养

记者从湖南省脑科医院、湖南省儿童医院获悉,近年来,医院收治的糖尿病患儿增多,其中一些患儿每天都要注射胰岛素。专家提醒,不要给孩子摄入过多高油脂的食物,要保持吃动平衡,不要过度喂养,不要给孩子饮用过多含糖的饮料。

湖南省第二人民医院神经内科三病区主任黄晓松介绍,糖尿病是胰岛素分泌不足引起血糖升高为主的内分泌代谢性疾病。儿童糖尿病以1型糖尿病为主。近年来,医院收治的患上糖尿病的儿童增加,还有一些患儿同时伴有高血压等多种慢性病。有一些患儿没有很好地控制好血糖、血压,最终发生脑梗,经过治疗后还是留下了偏瘫等后遗症。

黄晓松提醒,目前,儿童及青少年因肥胖患病率上升,已成为公共卫生问题。如果孩子出现恶心、呕吐、头痛、乏力、多汗、颤抖、心动过速、嗜睡、发育迟缓等症状,应及时到医院进行筛查。如果儿童血糖控制不好,成年后容易出现视网膜病、肾病等并发症。糖尿病是不可逆的,患上糖尿病的孩子必须定期监测血糖、科学服药,该注射胰岛素的患儿应该按时注射胰岛素。

专家提醒,家长不要过度喂养孩子,应避免孩子脂肪增加过快,多让孩子吃新鲜食物,避免摄取过多的盐分,避免咸菜、腊肉、咸蛋、罐头食品等摄入过多;鼓励孩子适度参加体育锻炼,进行户外活动,保持吃动平衡,避免发生单纯性肥胖,增加患病风险。

/新华社