

作者: Krishna G. Aragam 来源: 《美国医学会杂志—开放网络》 发布时间: 2022/3/29 22:52:51

选择字号: 小 中 大

开怀畅饮、小酌几杯，都可能患心血管病

观察性研究表明，少量饮酒可能对心脏健康有益，但近日发表于《美国医学会杂志—开放网络》的一项大型研究表明，各种剂量的饮酒都与罹患心血管疾病的高风险相关。

由美国麻省总医院、麻省理工学院和哈佛大学布罗德研究所的研究人员领导的团队发布了这项研究。结果表明，饮酒的所谓益处实际上可能归因于轻中度饮酒者其他常见的生活方式因素。

这项研究纳入371463名成年人，平均年龄57岁，平均每周饮酒9.2杯。他们都来自“英国生物银行”。这是一个大型生物医学数据库和研究资源，包括基因和生物信息。

与之前的研究一致，研究人员发现，轻度至中度饮酒者患心脏病的风险最低，其次是戒酒者，酗酒的人风险最高。他们还发现，轻度至适度饮酒者往往比不饮酒者有更健康的生活方式，比如更多的体育锻炼和蔬菜摄入、更少的吸烟量。仅仅考虑一些生活方式因素，就会显著降低饮酒带来的益处。

该研究将最新技术应用于孟德尔随机化分析，该方法使用基因变异来确定一种暴露现象与结果间的关联是否与因果关系一致。在该研究中，即轻度饮酒是否会使人免受心血管疾病的影响。

“在‘非线性孟德尔随机化’方面，更先进的新技术现在允许研究者使用人类基因数据来评估与不同暴露水平相关的疾病的风险程度。”论文资深作者、麻省总医院心脏病学家Krishna G. Aragam说。

因此，研究小组利用新技术以及来自生物库人群的大量基因和表型数据，更好地理解习惯性饮酒与心血管疾病间的关联。

当研究人员对从参与者身上采集的样本进行这样的基因分析时发现，具有预期更高饮酒量的基因变异的个体确实更有可能摄入更多酒精，也更有可能患有高血压和冠状动脉疾病。

分析还显示了男性和女性在饮酒相关的心血管疾病风险上存在显著差异。每周零杯到7杯时，风险增加最小；每周7杯到14杯时，风险增加更大；当每周饮酒21杯或更多时，风险更高。

值得注意的是，研究结果表明，即使在美国农业部的国家指南视为“低风险”的水平上（即男性每天喝两杯以下，女性每天喝一杯），心血管风险也会增加。

酒精摄入量与心血管风险之间不是线性关系，而是指数关系。这一发现得到了麻省总医院布里格姆生物库30716名参与者数据的额外支持。

因此，即使每天只喝一杯酒的人也能从中受益，但对于那些每天喝更多酒的人来说，减少酒精摄入量可能会带来更大的健康益处——这或许在临床上也更有意义。

“研究结果确认，不应建议饮酒来改善心血管健康；相反，减少酒精摄入可能会降低所有人的心血管风险，尽管程度取决于个人当前的消费量。”Aragam表示。（来源：中国科学报 王方）

相关论文信息: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.3849>

版权声明：凡本网注明“来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志”的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。



打印 发E-mail给:



关于我们 | 网站声明 | 服务条款 | 联系方式 | 举报 | 中国科学报社 京ICP备07017567号-12 京公网安备 11010802032783

Copyright © 2007-2023 中国科学报社 All Rights Reserved

地址: 北京市海淀区中关村南一条乙三号

电话: 010-62580783

相关新闻

相关论文

- 1 同样食物换个时间吃，心血管病风险下降30%
- 2 开怀畅饮、小酌几杯，都可能患心血管病
- 3 3.6万人样本研究显示：急性饮酒易引发房颤
- 4 聚焦心血管病防治 第十一届中国高血压大会举行
- 5 胡盛寿院士：我国心血管病防治能力进步明显
- 6 广东省第二人民医院心血管病医院成立
- 7 饮酒与怀孕可能性降低有关
- 8 研究发现丈夫孕前饮酒或增加子代出生缺陷风险

图片新闻



>>更多

一周新闻排行

- 1 “生命之源”从何而来？科学家研究揭示路径
- 2 第73批中国博士后科学基金面上资助名单公示
- 3 56岁著名植物学家张大兵遭遇重大交通事故逝世
- 4 他，撤稿184篇，“勇夺”世界第一
- 5 青岛电影学院一学生拒领毕业作品三等奖
- 6 FAST新发现！轨道周期最短脉冲星现身
- 7 基金委2学部召开国家杰青科学基金项目评审会
- 8 岳麓山实验室第一届理事会和学术委员会成立
- 9 五年跻身全球第一方阵，这期刊如何做到
- 10 “交大2030”重点资助颠覆性原创性项目

>>更多

编辑部推荐博文

- 科学网5月十佳博文榜单公布！你的上榜了吗？
- 大与小，多与少
- 人机环境之间的相互激荡与激发
- 黄河流域水生态环境质量评价方法探讨
- 还存在稳定的超高原子序数的元素吗？
- 毕业与未来的路

>>更多