

日本利用皮肤测定人体生物钟可用于缓解失眠症状

日期: 2013年09月02日 科技部

日本国立精神·神经医疗研究中心的三岛和夫部长领导的研究小组研发出了高效测定人体生物钟的方法。该方法仅需使用几平方毫米的皮肤,便可通过测量其中与人体生物钟相关的遗传基因的活动情况精确测得个人的生物钟。配合人体生物钟的规律及运行周期,采用新的治疗手段能够有效地缓解或消除失眠人群的症状。相关研究成果发表在英国科技期刊《Scientific Report》。

人体生物钟大约24小时为一个周期,早上起床及晚上睡觉也遵循生物钟的这一周期有规律地循环,一旦生物钟偏离了固有的周期就有可能引起失眠及身体不适等健康问题。以往精确测定人体生物钟需要花费数周时间的连续检查、24小时定期抽血等方式,而此次日本国立精神·神经医疗研究中心研发出的技术则仅需利用极少量的皮肤细胞,通过测定其中与人体生物钟相关的“Bmal1”遗传因子的活动规律即可精确测定人体生物钟。研究小组实际检测了17个人的人体生物钟,发现周期分布在22小时至25小时的区间。研究还发现周末无外界因素约束的自由睡眠习惯比较贴近人体生物钟的周期规律。利用该研究成果,今后可以采用新的治疗方法对睡眠障碍患者进行有效的治疗。

打印本页

关闭窗口