



- 工作动态 >
- 医院新闻 >
- 信息公开
- 最新公告
- 招标采购
- 最新医讯
- 专业新闻
- 会议资讯
- 国际交流
- 招聘专栏
- 医院院报
- 专题建设



北京大学第六医院

海淀院区: 北京市海淀区花园北路51号

昌平院区: 北京市昌平区科学园路2号

010-62723860 / 82801936

dyb@pkuh6.cn

医院新闻

我院陆林院士课题组揭示休闲活动与痴呆发生风险降低有关

发布时间: 2022-08-26 18:50:17

字号: + - 14

全球人口老龄化问题日益严峻。2021年世界卫生组织报告估计全球有接近5500万痴呆患者, 而到2050年这一数量可达到1.5亿。痴呆严重影响了老年人的生活质量, 加剧了医疗消耗, 然而目前尚缺乏针对痴呆有效的治疗手段和预防措施。休闲活动是一种健康生活方式, 既往研究发现, 休闲活动与癌症发生风险的降低、心血管事件的减少以及个人幸福感的提升密切相关。然而, 休闲活动是否能够降低痴呆发生风险尚不明确。

2022年8月10日, 我院院长陆林院士课题组在Neurology上发表了题为“Leisure Activities and the Risk of Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis”的研究论文[1], 系统分析了休闲活动与痴呆发生风险的关系。北京大学第六医院苏思贞博士和师乐副研究员为论文的共同第一作者, 我院院长陆林院士、北京大学中国药物依赖研究所鲍彦平副研究员和我院邓佳慧副研究员为共同通讯作者。

研究者系统检索Cochrane, PubMed, Embase和Web of Science等数据库, 收集了38篇休闲活动与痴呆相关的纵向研究, 探索了休闲活动与全因性痴呆以及最为常见的阿尔茨海默病和血管性痴呆发生风险的关系。根据活动内容, 研究将休闲活动分为三类: 包括步行、跑步、游泳、骑自行车、各种球类运动、瑜伽以及舞蹈等的体育活动; 包括阅读、写作、看电视、听广播、棋牌游戏、弹奏乐器以及手工作品等的益智活动; 包括老年兴趣班、爱好俱乐部、社会志愿活动、拜访亲朋好友等注重与他人交流的社交活动。

本研究的基线期共纳入超200万名受试者, 经过随访后, 总计74700名全因性痴呆患者、2848名阿尔茨海默病患者、1423名血管性痴呆患者达到临床诊断标准。研究者发现, 在调整年龄、性别、教育程度等因素后, 休闲活动与全因性痴呆、阿尔茨海默病以及血管性痴呆的发生风险降低有关。与不参加休闲活动的受试者相比, 参加休闲活动的受试者患全因性痴呆的风险降低了17%, 患阿尔茨海默病的风险降低了18%, 患血管性痴呆的风险降低了32%。

亚组分析结果提示不同休闲活动类型对不同痴呆的影响也不同。与不参加体育活动的受试者相比, 参与体育活动的受试者患全因性痴呆的风险降低了17%, 患阿尔茨海默病的风险降低了13%, 患血管性痴呆的风险降低了33%。与不参加益智活动的受试者相比, 参与益智活动的受试者患全因性痴呆的风险降低了23%, 患阿尔茨海默病的风险降低了34%。与不参加社交活动的受试者相比, 参与社交活动的受试者患全因性痴呆的风险降低了7%。

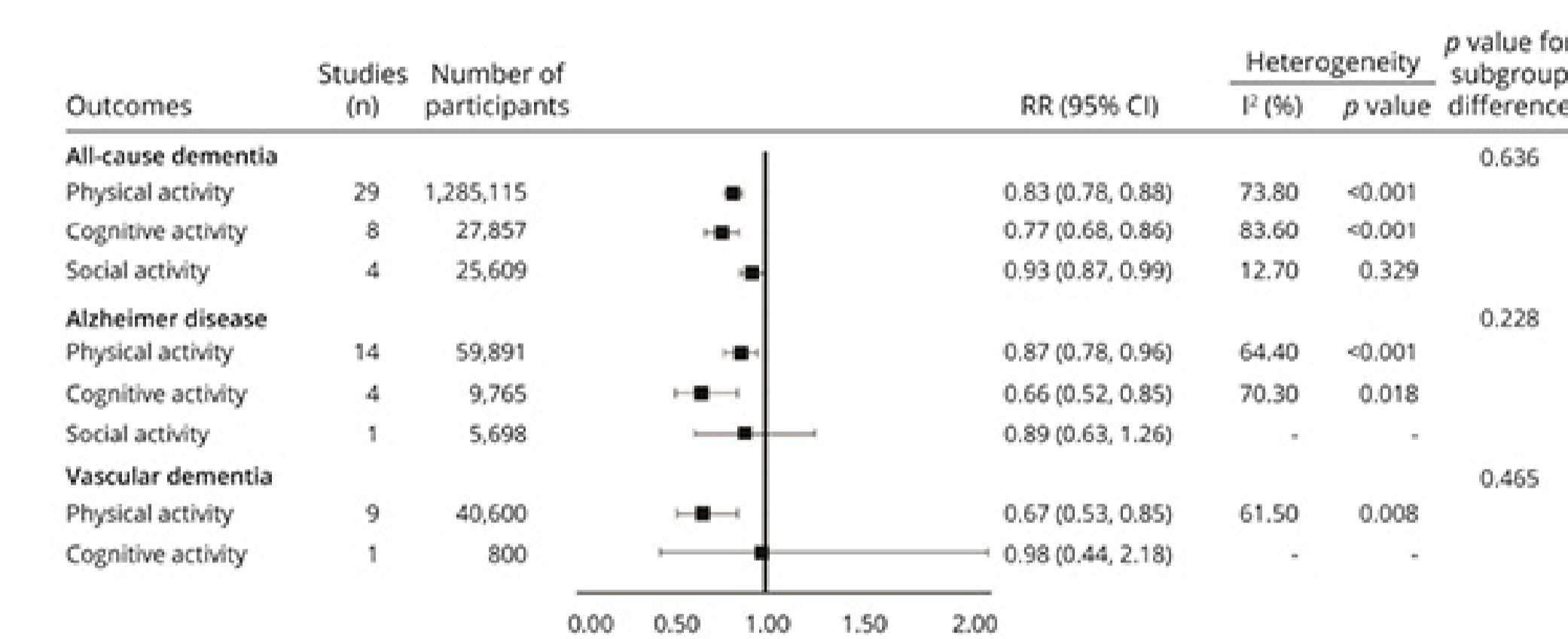
痴呆一种发病率高、病因复杂的神经退行性疾病, 目前缺乏有效的干预手段, 因此探索痴呆的预防措施具有重要的临床意义。休闲活动具有成本低, 可行性高, 全民参与度高优点, 是世界卫生组织提倡的健康生活方式之一。本研究发现参加休闲活动与降低老年人的痴呆发生风险密切相关, 倡导公众重视休闲活动, 规律适当的体育锻炼, 积极参与益智活动和社交活动。目前研究仍存在局限性, 休闲活动对痴呆作用的潜在机制尚不明确。将来需要更多大样本前瞻性研究验证休闲活动和痴呆发生风险的关系, 以及探索不同类型休闲活动对痴呆影响的神经生物学机制。



Home Latest Articles Current Issue Past Issues Residents & Fellows

Leisure Activities and the Risk of Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis

Sizhen Su, Le Shi, Yongbo Zheng, Yankun Sun, Xiaolin Huang, Anyi Zhang, Jianyu Qian, Xinyu Sun, Ji Shi, Yanping Bao, Jiahai Deng, Lin Lu
First published August 10, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1212/WNL.00000000000020929>



分享到:

上一篇: 我院马弘主任医师获第八届“首都十大健康卫士”提名奖

下一篇: 后勤保障处开展安全生产大检查及整治“百日行动”专项督查

[相关科室](#) | [相关医生](#) | [相关文章](#) | [相关视频](#) | [相关疾病](#)

网站信息

Copyright ©2009 - 2022 pkuh6.cn 版权所有

海淀院区: 北京市海淀区花园北路51号

昌平院区: 北京市昌平区科学园路2号

咨询电话: 010-62723860/82801936

京ICP备13010316号-2 京公网安备110402430018 京卫网审(2013)第0166号

工信部链接: <https://beian.miit.gov.cn>

技术支持:

本网站已被访问37913463次

网站导航

网站地图

帮助信息

隐私安全

版权声明

网站联系方式

友情链接

中华人民共和国国家卫生健康委员会

北京市卫生健康委员会

北京市卫生健康委信息中心

北京大学

北京大学医学部