



◀ 上一篇 下一篇 ▶

2022年01月21日 星期五

放大 ⊕ 缩小 ⊖ 默认 ○

## 每天追剧4小时 血栓风险增三成

科技日报北京1月20日电（实习记者张佳欣）据20日发表在《欧洲预防心脏病学杂志》上的论文，每天看电视4小时或更长时间的人，患血栓的风险高出35%。

在这项研究中，科学家调查了看电视与静脉血栓栓塞症（VTE）之间的关系。VTE包括肺栓塞和深静脉血栓。

研究人员使用荟萃分析将与该主题相关的研究结果结合，得出了更精确和可靠的结论。这项分析包括三项研究，总共有131421名年龄在40岁及以上的参与者，他们预先未患有VTE。通过问卷调查来评估看电视的时间，参与者被分为长时间看电视的人（每天看电视至少4小时）和从不或很少看电视的人（每天看电视少于2.5小时）。

三项研究的平均随访时间从5.1年到19.8年不等。在此期间，964名参与者患上了VTE。研究人员发现，长时间看电视的人患VTE的可能性是从不或很少看电视的人的1.35倍。

论文主要作者、英国布里斯托尔大学塞托·库努索尔博士称，“研究结果表明，不管体力活动、体重指数、年龄和性别如何，长时间看电视都是一项危险的活动，会导致血液凝块的形成。”如果想要长时间看电视，就需要学会休息，如每隔30分钟站立伸展一次，也可骑一骑动感单车，同时避免看电视时吃不健康的零食。

第04版：国际

上一版 ◀ ▶ 下一版

- “超吸收”量子电池概念得到验证
- 每秒15000个！细胞分类速度创下新纪录
- 2022年医疗健康领域五大技术趋势
- 每天追剧4小时 血栓风险增三成
- 宇宙中有4000亿亿个黑洞
- 尼安德特人或坐拥“生存天赋”
- 北极1.7万亿吨冻融碳或成巨大威胁
- 数据显示至少20%美国人已染新冠

◀ 上一篇 下一篇 ▶