

作者: 晋楠 来源: 中国科学报 发布时间: 2023/11/17 16:18:58

选择字号: 小 中 大

糖尿病预防计划是成功秘诀

美国科学家研究认为,一场全国性的生活方式改变计划可为糖尿病前期个体带来明显的健康改善。这些发现基于英国国家医疗服务体系(MHS)糖尿病预防计划的评估,提供了因果证据,表明行为改变计划是一种可行的糖尿病预防策略。相关研究11月16日发表于《自然》。

预计至2023年糖尿病会影响全球约10%的成年人口。但2型糖尿病或能预防,针对生活方式行为改变的项目被认为是改善糖尿病高危人群健康的一种方法。一项美国研究表明,原则上,这个方法在预防或延迟糖尿病方面比服用二甲双胍(一种抗糖尿病治疗药物)更有效。但在资源比临床研究更匮乏的现实环境中,其成功证据有限。

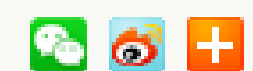
斯坦福大学的Pascal Geldsetzer和同事评估了MHS糖尿病预防计划的效果,这是一项设定了减重、饮食和体力活动目标的大规模干预计划。这一项目包括为期9个月的至少13节小组课程,向血糖水平达到特定阈值的患者开放。对200万患者的数据分析表明了干预后血糖水平、BMI、体重和特定脂质水平有所下降。例如,平均BMI和体重分别降低了1.35 kg/m²和2.99 kg。这些健康改善有可能减缓糖尿病、肾脏疾病和心血管疾病的进展。

研究者总结说,这些发现表明生活方式改变计划的健康益处有可能通过常规医疗保健机构中实现。

相关论文信息:

<https://doi.org/10.1038/s41586-023-06756-4>

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:

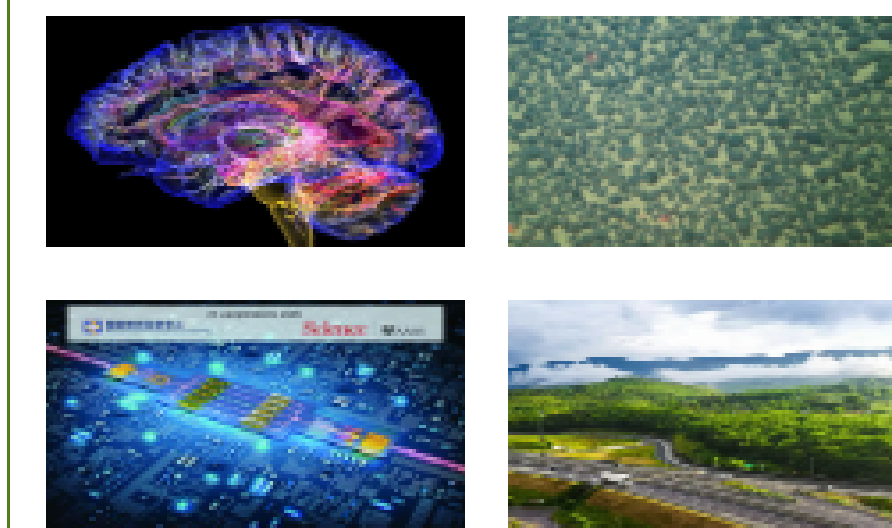
GO

相关新闻

相关论文

- 1 细胞里住着“液态机器人”?
- 2 270万行代码算力翻番,我国地球系统模式升级
- 3 高校教授坐在楼顶抛撒公开信?校方:已妥善处理
- 4 20点直播|埃因霍芬理工大学副教授主旨报告
- 5 中国博士后科学基金第74批面上资助名单公示
- 6 山西发现华北最古老的森林生态系统
- 7 深海珊瑚研究揭示1万年前南极冰盖退缩之谜
- 8 2024年度河南科技智库调研课题开始申报

图片新闻



>>更多

一月新闻排行

- 1 武大最新研究,“更新”高中课本知识点
- 2 中国学者提出大胆假说,回答困扰学界多年谜题
- 3 体会“变老”后,我们更加理解了老年护理
- 4 西浦执行校长:交叉学科建设应回归育人初心
- 5 直播回放|共建科技投资生态圈(第二天)
- 6 印度-亚洲大陆碰撞及其构造耦合时间约为5100万年
- 7 多产高产!二氧化碳制备糖类衍生物实现新突破
- 8 黄令仪:只为一颗跳动的“中国芯”
- 9 中国科学院举行2023年新当选院士颁证仪式
- 10 法国将大规模改革科研体系

编辑部推荐博文

- 科学网11月十佳博文榜单公布!
- 专家观点:科研做得再好,宣传也要做到位
- Signals期刊正式被Scopus收录 | MDPI News
- 岩石内微观奥秘:气体包裹体同位素地球化学探索
- 昆士兰大学Bin Luo等综述:锌-溴可充电电池
- 大学老师的教学与科研

更多>>