

研究发现：睡太多或太少都容易患糖尿病

美国科研人员研究发现，每晚睡眠少于5个小时或多于9个小时的人患糖尿病的几率会大大增加。

据合众国际社8日报道，纽约州立大学下城医学中心的科研人员收集了29818名参与2005年全美健康调查的人的相关数据。被调查者来自50个州，年龄介于18岁至85岁之间，其中85%为白人，15%为黑人。

研究人员在对相关数据分析后指出，糖尿病在黑人 and 白人中的发病率分别为12%和8%，而肥胖症（BMI指数大于30）在这两个人群中的患病率分别为52%和38%。

研究人员指出，无论白人还是黑人，肥胖者的睡眠时间都相对较少。此外，由于肥胖症会引发糖尿病和睡眠呼吸暂停等并发症，所以更多黑人会患上这两种与心脑血管疾病相关的疾病。不过，要找到睡眠时间长增加患糖尿病风险的原因还需进行进一步的研究。

- | 相关新闻 | 相关论文 |
|---------------------------|------|
| 1 《内科学文献》：中年人睡眠过少易患高血压 | |
| 2 《自然》：治疗糖尿病药物可提高免疫系统效率 | |
| 3 中法合作开展糖尿病基因研究 | |
| 4 糖尿病患者多笑可降低心脏病发作风险 | |
| 5 哈佛教授伪造睡眠研究数据 | |
| 6 睡眠帮助“腾空”大脑从而进行新的学习 | |
| 7 翁建平教授当选世卫组织国际糖尿病联盟西太区执委 | |
| 8 美研究显示：每天睡眠不足6小时恐致糖尿病 | |

图片新闻

[>>更多](#)

[打印](#) [发E-mail给:](#) [go](#)

- | 一周新闻排行 | 一周新闻评论排行 |
|-----------------------------|----------|
| 1 英国2岁女孩智商高达160 堪比霍金 | |
| 2 英国出现世界首例水母形状麦田怪圈 长183米 | |
| 3 中国大学毕业生就业能力排行：清华居首上海交大第二 | |
| 4 施一公：资深科学家要成群结队回来 | |
| 5 2009年度国家科技奖励初评通过项目公布 | |
| 6 韩国“造假”科学家黄禹锡获科学奖项 引发争议 | |
| 7 《重庆大学学报》一篇论文被指抄袭 | |
| 8 《科学》：施一公小组发表大肠杆菌肠道毒性研究成果 | |
| 9 “没有最牛只有更牛”？华中师大论文抄袭事件引人深思 | |
| 10 英探测发现南极冰层下暗藏2434米高峰 | |
- [更多>>](#)

以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。 [查看所有评论](#)

2009-6-10 17:07:09 IP:172.21.234.*

首先把因果关系搞清楚 再报道。 如果是严肃的研究 请给出参考文献。

[\[回复\]](#)

读后感言:

[发表评论](#)

- 编辑部推荐博文
- 向蒲慕明及相关人士、机构表示歉意
 - 现代文明是抢不来的
 - 普洱茶的随笔
 - 图书馆长需要宣誓就职（科学八卦之九）
 - 偶遇失声
 - 云里来雾里去：河口行[诗画音]
- [更多>>](#)

- 论坛推荐
- [\[注意\]一起来Wiki](#)
 - [《Writing from Start to Finish》](#)
 - [\[转贴\]《SCI全攻略》](#)
 - [专业论文写作](#)
 - [\[下载\]经典的显微构造教材（外文）](#)

