



## EJCN：超重或肥胖会恶化酒精对人群肝脏疾病的有害影响

发布时间：2021-06-07 11:16:23 分享到：

由于持续的肥胖和人群酒精消费的趋势，如今非酒精性脂肪肝(NAFLD, non-alcoholic fatty liver disease)和酒精性脂肪肝(ALD, alcoholic fatty liver disease)的发病率预计将会不断增长。日前，一篇发表在国际杂志European Journal of Clinical Nutrition上题为“Joint associations of adiposity and alcohol consumption with liver disease-related morbidity and mortality risk: findings from the UK Biobank”的研究报告中，来自悉尼大学等机构的科学家们通过研究表明，澳大利亚国家卫生和医学研究委员会 (NHMRC, National Health and Medical Research Council) 的饮酒指南或许需要更加重视澳大利亚人群日益增长的腰围。

EJCN

[Explore content](#) | [Journal information](#) | [Publish with us](#) | [Subscribe](#)

[nature](#) > [european journal of clinical nutrition](#) > [articles](#) > [article](#)

Article | Published: 31 May 2021

Nutrition in acute and chronic diseases

### Joint associations of adiposity and alcohol consumption with liver disease-related morbidity and mortality risk: findings from the UK Biobank

Elif Inan-Eroglu, Bo-Huei Huang, Matthew N. Ahmadi, Nathan Johnson, Emad M. El-Omar & Emmanuel Stamatakis

*European Journal of Clinical Nutrition* (2021) | [Cite this article](#)

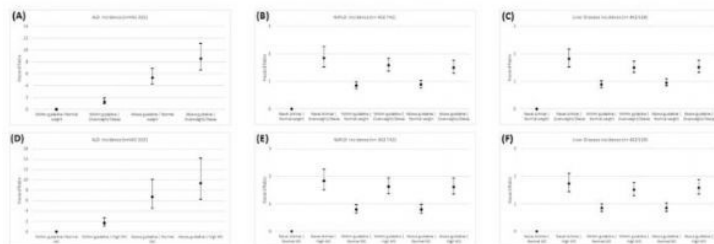
12 Accesses | 54 Altmetric | [Metrics](#)

图片来源：<https://www.nature.com/articles/s41430-021-00923-4>

这项研究中，研究人员通过对近50万人的医疗数据进行分析后发现，超重或肥胖大大放大了酒精对肝脏疾病和患者死亡率的有害影响。研究者 Emmanuel Stamatakis 教授表示，与健康体重范围内摄入相同水平酒精的饮酒人群相比，超重或肥胖的饮酒人群患肝脏疾病的风险或许会更高。即使是在饮酒准则范围内饮酒的人群，被归类为肥胖的人群患肝脏疾病的风险也会高出50%。

随后研究人员利用了来自英国生物样本库中的数据，相关研究结果同样能够安全应用于澳大利亚的人群；据研究者介绍，本文研究是规模最大的一项研究来分析机体脂肪量增加（超重或肥胖）以及饮酒水平与机体未来患肝脏疾病风险之间的关联。研究人员共对465,437名年龄在40-69岁之间的人群进行分析，收集了平均10.5年的参与者的医疗和健康相关信息，研究结果表明，体重超重的人群或许需要更加注意饮酒所带来的疾病风险。而且目前在澳大利亚，大约67%的人都处于超重或肥胖状态，这显然是一个需要急切关注的问题。

文章中，研究人员分析了超重/肥胖参与者的相关数据，这些参与者依据BMI和腰围、根据英国饮酒指南自我报告的酒精摄入量、肝脏疾病发病率和因肝脏疾病导致的死亡。BMI是基于体重和身高来定义的，当其超过25时被界定为超重、超过30被界定为肥胖；对于腰围而言，研究人员利用WHO的分类标准，即正常（女性<80厘米，男性<94厘米），超重（女性>80厘米，男性>94厘米），和肥胖（女性>88厘米，男性>102厘米）。研究者利用风险比（hazard ratio, HR）来赋予风险水平，当数字高于1时被认为风险越大。



深入酒精和肥胖与ALD、NAFLD和肝病发病率的联合关联。

图片来源：Inan-Eroglu, E., et al. *Eur J Clin Nutr* (2021). doi: 10.1038/s41430-021-00923-4

研究者发现，相比在准则范围内饮酒的参与者而言，饮酒量超过英国饮酒准则的参与者：1) 被诊断为酒精性脂肪肝的风险会高出近600%（风险比为5.83）；2) 因酒精性脂肪肝死亡的风险会高出近700%（风险比为6.94）；3) 与摄入相同水平酒精的正常体重参与者相比，超重或肥胖且在酒精指南

目前NHMRC的酒精指南（2020年最近一次更新）指出，健康的成年人每周应喝不超过10杯标准饮料，任何一天不超过4杯。该指南指出，酒精可能会使得机体原先的健康状况恶化，比如肝脏疾病、乙肝和丙肝、肥胖等；然而，其并没有指出目前澳大利亚有超过三分之一的人群受到肥胖的影响，也没有具体涉及酒精和低水平的不健康脂肪疾病（比如超重但不肥胖）对肝脏疾病的综合性影响。

研究者Stamatakis总结道，目前的饮酒指南是基于对现有数据的评估分析，但未来的更新必须要考虑到超重或是肝脏疾病风险放大的风险因素。在目前的指南中简单提及肥胖或许是不够的，超重和肥胖影响着三分之二的澳大利亚人群的健康，于是研究人员或许就需要针对这类人群设计出具体的饮酒建议。基于目前研究结果，处于超重范围的人群（不仅仅是肥胖的人群）应该谨慎饮酒，也许应该以远低于NHMRC通用指南中的水平为目标。综上，本文研究提供了强有力的证据表明，超重或肥胖会放大酒精对肝脏疾病发生率和死亡率的有害影响。

来源：生物谷

[联系我们](#) | [人才招聘](#)

© 版权所有 中国实验动物学会 京ICP备14047746号 京公网安备11010502026480

地址：北京市朝阳区潘家园南里5号（100021） 电话：010 - 67776816 传真：010 - 67781534 E-mail: calas@cast.org.cn

技术支持：山东瘦课网教育科技股份有限公司

| [站长统计](#)

