

作者：孝文 来源：新浪科技 发布时间：2009-4-26 19:05:44

[小字号](#)[中字号](#)[大字号](#)

## 科学家称反应快慢为长寿最佳指示器

北京时间4月26日上午消息，据英国《每日邮报》报道，英国研究人员发现，人做出反应的时间是最好的长寿指示器，比通过血压、锻炼量或体重来预测寿命更加准确。就过早死亡的可能性而言，反应迟钝的男人和女人比反应迅速的人高出两倍多。

英国爱丁堡大学和格拉斯哥医学研究会在一项长达20年的研究中，跟踪调查了来自全国各地的7414名志愿者情况。他们的研究成果证实了“健康的心理等于健康的身体”这个俗语。研究人员指出，人的反应时间是衡量他们智力的一个标准，而智力又是人体“系统完整性”的指示器。

他们表示：“我们的研究结果显示，反应时间在很大程度上和智力有关，它是心血管病等各种死因的重要危险因素。”《智力》杂志刊登了他们的这些发现。在这项首次关注反应时间和死亡率之间的关系的研究中，研究人员还将他们的研究成果同吸烟和饮酒等已知危险因素作了比较。他们说，越来越多的证据表明，智商更高的人更长寿更健康。这在一定程度要归因于生活方式的差异。以前从来没有人解释出现这种差距的原因。研究人员说，更聪明的人吸烟和超重的概率较低。

从80年代中期，他们就开始密切关注7414名志愿者的情况。当时，研究人员用一部配有小型屏幕和5个编号按钮的电子装置，测量了志愿者的反应时间。屏幕上出现一个数字时，志愿者们就要按对应的按钮。与此同时，研究人员记下他们做出反应的时间。从那时以来，1289名志愿者去世，其中568人死于心脏病。然后，研究人员将死者的反应时间、吸烟习惯、体重和其他因素，同健在的志愿者情况作了比较。结果显示，反应慢的人过早死亡的机会增加了2.6倍。吸烟是和增加死亡率有关的唯一因素，它使人过早死亡的概率增加了3.03倍。锻炼身体、血压、心率、腰臀比例、酒精消耗和体质指数也都有较小的影响。在心脏病致死的情形中，反应时间是继血液之后的最重要因素，比吸烟的影响还要大。

研究人员说：“以前有科学家假设，衡量脑信息处理能力速度的标准——反应时间可能成为人体系统完整性的标志。现在，比较迟钝的反应时间或较弱的信息处理能力可能成为未达到最佳标准的生理机能的指示器，而生理机能和早期死亡有关。”

[更多阅读](#)

[美刊列出14个确有科学依据的长寿迹象](#)

发E-mail给：



[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言：

发表评论

相关新闻

美调查显示：性格外向助人长寿  
美刊列出14个确有科学依据的长寿迹象  
美研究发现：诚恳与乐观者更长寿

一周新闻排行

基金委公布对贺海波、吴理茂的处理决定  
上海大学一博导抄袭论文被免职 项目成果被撤销  
美科学家在爱因斯坦大脑中发现罕见结构

PNAS: 奇特无毛鼯鼠可能蕴藏长寿秘密

研究称睡觉打鼾的人可能更长寿

美研究发现勤奋认真使人更长寿

专家分析: 女性为何平均比男性长寿7年

新基因疗法或可让人“长生不老”

中青报: 对院长抄袭的鉴定, 无独立就无权威

4月17日《科学》杂志精选

世界数字图书馆问世 可通过互联网免费进入

著名力学家钱令希院士逝世 享年93岁

全球变暖造就北极天然心形湖