

■探索

“帕金森”或是肠道微生物“惹祸”

帕金森氏症常常被认为是一种大脑疾病，但美国研究人员在《细胞》杂志上发表的动物研究显示，这种常见的神经退行性疾病可能与肠道里的微生物变化有关。这一发现可能带来全新的帕金森氏症治疗策略。

美国加州理工学院的研究人员先培育出了2组过多生成 α -突触核蛋白的实验鼠，这种蛋白被认为是帕金森氏症的“罪魁祸首”之一。2组实验鼠的唯一区别是一组拥有完整的肠道菌群，另一组是无菌实验鼠。结果发现，无菌实验鼠不仅没有表现出帕金森氏症症状，而且在跑步、爬杆等运动

机能测试中的表现要明显好得多。

研究人员随后给一部分无菌实验鼠喂食由肠道菌群分解食物纤维时产生的短链脂肪酸，并为另一部分无菌实验鼠移植从帕金森氏症患者粪便中获得的肠道菌群，结果这些实验鼠都出现了帕金森氏症症状。

研究人员由此得出结论，肠道微生物组是帕金森氏症的重要推手。肠道菌群的组成变化或者肠道细菌本身的变化，可能促使甚至导致运动机能恶化，而运动机能恶化是帕金森氏症的主要症状。

负责研究的加州理工学院微生物学家萨尔基斯·马兹马尼恩

说，对于许多神经退行性疾病，传统治疗方法都是让药物在大脑中发生作用。而新发现意味着医生可能要从肠道着手治疗帕金森氏症，比如调节短链脂肪酸水平、服用益生菌或清除有害的微生物。相比现有疗法，新的治疗策略更容易得多，而且更加安全，副作用更少。

帕金森氏症是一种常见于中老年人的神经退行性疾病，主要症状包括手脚震颤、动作迟缓、肌肉僵硬等。目前的医疗手段只能缓解症状，但不能阻止病情发展，也无法治愈疾病。

林小春

■发现

裸盖菇素 或有助缓解焦虑和抑郁

癌症患者普遍显现抑郁和焦虑的临床症状，目前尚无显著有效的药物和疗法。美国科研人员发表的一项新研究报告称，迷幻蘑菇中的一种具有迷幻作用的成分——裸盖菇素或可有效缓解这些症状。

英国《神经药理学杂志》网络版刊登的2个独立研究报告称，约4/5的受试癌症患者在服用裸盖菇素药物后，抑郁、焦虑等绝望和消极情绪得到了显著缓解。

在美国约翰斯·霍普金斯大学医学院研究人员进行的试验中，51名出现严重抑郁或焦虑症状的癌症患者中，服用高剂量裸盖菇素的受试者显著减少了抑郁或焦虑情绪，提高了生活质量。随后6个月的跟踪调查结果显示，裸盖菇素让80%的受试者持续受益。

另一项在美国纽约大学兰贡医疗中心进行的试验中，29名癌症患者在单次服用裸盖菇素后，“立即、持续和显著”减缓了焦虑、沮丧等情绪。随后6个半月的跟踪调查结果显示，裸盖菇素持续发挥效用。

不过，研究人员强调，由于裸盖菇素本身具有很强的致幻作用，不建议普通人随意使用它自行进行治疗。事实上，证明裸盖菇素的安全性并不是一个简单的工作。需知，迷幻蘑菇在英国被列为非法毒品——这是最严重的一个类别，还包括海洛因及可卡因。

郭爽 赵熙熙

■健康新知

孕期多吃豆制品可减少抑郁

日本一个研究小组最新发现，多吃豆腐、纳豆等豆制品的孕妇孕期患抑郁症比例较低，这可能是大豆中的异黄酮发挥了作用。

日本爱媛大学发布公报说，该校和东京大学等机构研究人员合作开展了这项研究。研究小组以1745名孕妇为对象，调查分析了她们的精神健康状况和日常生活中豆腐、纳豆、酱油等豆制品的摄入量。

研究小组根据参与研究的孕妇豆制品摄入量将她们分为4组，重点分析了豆制品摄入量与孕期抑郁症的关系。结果显示，参与研究的孕妇整体患孕期抑郁症的比例为19.3%。孕期摄取的豆制品越多，患抑郁症的比例就越低。



其中豆制品摄入量最多一组（平均每天摄取约93克）和最少一组（平均每天摄取约21克）相比，患抑郁症的比例要低37%。

研究小组认为，女性在生产前后体内雌激素水平变动较大，容易患抑郁症；而大豆中含有的异黄酮具有类似雌激素的作用，可能具有抑制抑郁症的效果。

华义

每天吃28克坚果 延年益寿

一项新研究显示，每天只要摄取20多克坚果，就能大幅度降低患心脏疾病及癌症的风险，并能减少1/5以上的早死几率。

英国伦敦帝国学院和挪威科技大学的研究人员对20份研究报告进行分析后发现，那些每天吃1盎司（约28克）坚果的人，冠状动脉心脏疾病的风险大幅下降了近1/3，患癌几率也降低了

15%。该项研究强调，胡桃特别有助于预防癌症，而花生则能降低患中风几率。

研究人员表示，这类坚果包括胡桃、杏仁、榛果、腰果、开心果和核桃。除高含油量外，所有坚果都相当有益于健康，因为它们含有不饱和脂肪，并富含纤维、镁及维生素E，据悉，坚果还有助于身体分解胆固醇，并降低身体的胰岛素阻抗状态，可预防心血管疾病。

在此之前的研究显示，每天平均至少吃约20克坚果，可使因呼吸系统疾病死亡的风险减少近一半，患糖尿病的风险也会降低近40%。

研究人员指出，想要养生的人不用吃太多坚果，很少有证据显示，每天摄取约20克以上的坚果会更有利于改善健康。

方留民



■新技术

基因组检测 让部分乳腺癌患者无须化疗

美欧多国研究人员在《新英格兰医学杂志》上报告说，基因组测试可以识别出部分早期乳腺癌患者复发风险低，术后无须化疗。这一方法可以用来预测癌症患者的生存情况，为医生和患者选择治疗方案提供依据。

欧洲9国近6700名乳腺癌早期患者在接受手术治疗后，研究人员采用一种名为Mamma Print的方法来检测被切除肿瘤样本的标志性基因，分析癌症复发风险。研究人员还用肿瘤大小、是否有淋巴结转移等常规指标评估了患者的临床风险。临床风险较高的患者通常在手术后还需要接受化疗，但化疗有严重毒副作用。

研究人员筛查出1550名临床风险较高但基因组风险较低的患者。这些患者被随机分成两组，一组术后接受化疗，另一组术后放弃化疗。术后5年，研究人员发现，约95%没有接受化疗的患者依然活着，5年生存率仅比接受化疗的患者低1.5%，也没有发生距离原发肿瘤较远部位的转移。

研究人员认为，这意味着临床风险较高、基因组风险较低的早期乳腺癌患者放弃术后化疗是安全可行的。

科学家说，这是第一次通过随机试验证明，基因组检测结果可以帮助医生和患者就是否化疗做出明智的选择，这项研究结果对于早期乳腺癌患者具有重要意义。

马丹

流产后6个月内 怀孕更安全

世界卫生组织建议，流产后再次怀孕应至少等待6个月；一些医生甚至建议流产后1年都不应该再次怀孕。然而，欧洲人类生殖学和胚胎学学会会刊《人类生殖学快讯》刊登英国一项最新研究称，流产后6个月内怀孕更安全，再次流产风险降低近1/5，早产、低体重婴儿及死产风险更低。

为探明流产后6个月内再次怀孕的具体影响，英国阿伯丁大学研究员索菲妮·巴塔查亚博士及其同事对涉及104万女性的16项研究结果展开了梳理分析。结果发现，流产后6个月内怀孕发生再次流产的几率降低了18%，其关键原因之一是流产后这一段时间女性体内的叶酸水平仍然相当高，再次怀孕可以为胎儿所利用。

研究还发现，流产后6个月内怀孕可以使早产风险降低21%，但是低体重婴儿以及死产发生率没有变化。此外，6个月内再次怀孕的流产后妇女先兆子痫（妊娠高血压）风险并没有增大。

巴塔查亚博士及其研究小组2010年的研究也曾发现，流产后6个月内怀孕发生再次流产的可能并不大。科学家分析指出，流产更大的风险因素包括：高龄、人工流产、流产导致的创伤后应激障碍等。

徐澄