

## 并非总是一种慢性病 肥胖新定义让 BMI“靠边站”

本报讯 一个由 50 多名医生和科学家组成的团队得出结论，肥胖并不总是一种疾病。近日，他们在《柳叶刀-糖尿病与内分泌学》发表报告，敦促对肥胖作出更细致的定义并出台新的诊断标准，还主张为那些因超重而出现并发症的人群广泛提供减肥治疗。

全球已有超过 75 个专业团体支持该报告，其中包括美国心脏协会、欧洲内科联合会和世界肥胖联合会。但这些建议将如何影响医疗实践仍有待观察。

据估计，全球超过 10 亿人受肥胖影响。包括美国医学协会在内的一些组织宣布，所有肥胖都是一种慢性病。

“问题是什么定义了疾病？”英国伦敦国王学院代谢和减肥外科主任 Francesco Rubino 说。

美国威尔·康奈尔医学中心肥胖症医生、医疗保健服务公司 FlyteHealth 联合创始人 Katherine Saunders 表示，这份新报告没有将身体质量指数 (BMI) 作为定义肥胖的标准。他同意报告作者的观点，即科学研究支持使用 BMI 以外的衡量标准，包括身体成分评估和整体健康评估。这些方法可以更好地确定哪些人应该接受治疗，尽管有时可能难以实施。

BMI 是根据一个人的身高和体重加以计算的，BMI 达到 30 通常被认为是肥胖。研究已经确定，由 BMI 定义



“尽管 BMI 是一个有用的工具，但并不是一种医学诊断，因为它不能清晰地追踪一个人的不良身体状况和承受的痛苦。”

图片来源:视觉中国

的肥胖是心力衰竭、2 型糖尿病和关节炎等健康问题的驱动因素。

Rubino 认为，尽管 BMI 是一个有用的工具，但并不是一种医学诊断，因为它不能清晰地追踪一个人的不良身体状况和承受的痛苦。许多肥胖者在新陈代谢方面是健康的，且不认为自己的生活受到体重的不利影响，可能也不需要任何治疗。

报告指导委员会成员之一、英国剑桥大学的 Sadaf Farooqi 表示，这份报告在许多方面背离了当今的医疗实践。报告的核心论点是，医生应将肥胖者分为两类，一类是体重导致健康问题或影响日常功能的“临床肥胖者”；一类是根据血液检测和其他评估结果证明是健康的“临床前肥胖者”。

研究团队指出，这种分类会对护理产生影响。临床肥胖者应该获得药物

治疗，或施行减肥手术，就像癌症、心脏病患者通常接受的治疗一样。但 Farooqi 说，目前的情况并不总是如此。

对于那些临床前肥胖者，报告作者认为他们目前没有生病，但患病风险可能更高，因此治疗方案可能需要更加细化。“并不是说他们不应该接受治疗，而是方法有所不同。”Rubino 说。相关治疗可能更侧重于健康咨询，以帮助降低未来的健康风险。考虑到其他风险因素，如与肥胖相关疾病的家族史，减肥药物可能仍是必要的。

另一个建议是关注脂肪在身体中的位置，而不仅仅是 BMI。大量科学研究表明，腹部脂肪比大腿或臀部脂肪更具健康风险。然而，Saunders 说，将身体成分评估纳入医疗护理可能更难，尤其是对于那些无暇顾及每位病人的

全科医生来说，就连如何测量腰围都没有达成一致意见。“要使新的分类系统得到广泛采用，它必须快速、廉价和可靠。”她说。

Saunders 补充说，弄清楚是否以及如何治疗临床前肥胖者，可能“真的很棘手”，因为不仅要考虑他们的健康状况，还要考虑遗传或其他潜在的疾病风险因素。

Farooqi 认为，如果医生采纳报告作者的建议，很可能会经历一些波折，而评估身体成分的技术改进可能会产生巨大影响。“医生可能要在某些方面做额外的工作。”但她表示，这份报告“让人们如何评估肥胖患者有了更明智的看法”。

(文乐乐)

相关论文信息：

[https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(24\)00316-4](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(24)00316-4)

## 血管健康欠佳加速大脑衰老

本报讯 研究人员利用人工智能 (AI) 工具分析了 70 岁老年人的大脑图像，并估计了大脑的生物年龄。研究发现，炎症和高血糖等对血管健康有害的因素，可能使大脑更老；而健康的生活方式则与更年轻的大脑有关。相关研究结果近日发表于《阿尔茨海默病与痴呆症》。

每年，仅瑞典便有 2 万多人患上某种形式的痴呆症，其中阿尔茨海默病约占 2/3。事实上，大脑衰老的速度会受到各种风险和健康因素的影响。“尽管最近推出了新的阿尔茨海默病

药物，但它们并不适用于所有痴呆症患者，所以我们考虑研究什么能够提高大脑对病理性衰老过程的抵抗力。”论文主要作者、瑞典卡罗林斯卡学院神经生物学、护理科学和社会学系研究人员 Anna Marseglia 说。

这项研究涉及 739 名认知健康的 70 岁老年人，其中 389 名为女性。研究人员对他们的大脑进行了核磁共振扫描，然后使用基于 AI 的算法估算了由此生成的大脑图像中大脑的年龄。

“该算法既准确又稳定，而且易于使用。”卡罗林斯卡学院神经老年

病学教授、首席研究员 Eric Westman 说，“这是一种仍需进一步评估的研究工具，我们的目标是未来将其应用于临床。”

大脑图像与血液样本相互补充，可用于测量血脂、葡萄糖和炎症。参与者还进行了认知测试，并提供了有关运动等生活方式因素和医疗状况的数据。

AI 工具估算显示，男性和女性的大脑年龄平均为 71 岁。然后，研究人员通过用参与者的实际年龄减去 AI 估算的生物大脑年龄研究了“大脑年龄差距”。

研究人员发现，糖尿病、中风、脑血管疾病和炎症与更老的大脑有关，而涉及定期锻炼的健康生活方式可能与较年轻的大脑有关。

“这表明保持血管健康对保护大脑是多么重要，如确保血糖水平稳定。”Marseglia 说，“2025 年，我们还将启动一项研究，了解中老年人的社会健康，以及睡眠和压力如何影响大脑弹性，并重点关注女性的健康因素。”

(李木子)

相关论文信息：

<https://doi.org/10.1002/alz.14435>