

# 肥胖加重新冠肺炎病情？肚子越大、脑子越小？ “发福”不仅有碍美观，还影响脑容量

“五月不减肥、六月徒伤悲”可能不仅仅只是为了追求好身材的一个说法。近日，有研究显示，肥胖更易加重新冠肺炎患者病情；而且，还有研究显示，肥胖与脑容量有关，肥胖且腰臀比例高的人，大脑灰质更少。

## 引起“细胞因子风暴”

“在新冠肺炎的研究中，有研究者发现，肥胖患者转为重症的更多。”江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)营养科主任、内分泌代谢中心副主任马向华说。

据报道，英国爱丁堡大学、利物浦大学和帝国理工学院的教授牵头，对英国166家医院2月6日到4月18日收治的近1.7万名新冠肺炎患者进行研究，发现肥胖人士比其他人死亡率高，因为他们肺功能减弱，皮下和内脏器官周围的脂肪组织可能有更多炎症，这可能导致“细胞因子风暴”加剧。另据英国国家医疗服务体系的科学家发起的一项研究显示，几乎75%的新冠肺炎危重症患者体重超标，肥胖使患者致死的风险增加了近40%。肥胖人群首先面临的问题就是免疫反应过度，也即细胞因子风暴。由此引发的剧烈并发症，导致其成为致死的重要原因。

除了对新冠肺炎“推波助澜”外，肥胖的危害“数不胜数”。马向华说，肥胖是很多慢性病的基础，会诱发高尿酸、高血压、冠心病、脑卒中、脂肪肝、肿瘤等。

据《健康中国行动(2019—2030)》显示，相比2002年，2012年我国成人肥胖率上升了67.6%。

## 肥胖的人脑容量变小

肥胖引起的身体变化有时甚至是大脑“想不到”的。英国拉夫堡大

学的一项研究表明，肥胖且腰臀比较高的人，脑容量平均略低。在这项研究中，研究人员分析了来自英国9600多人的信息。参与者测量了他们的体重指数和腰臀比，并确定他们的脑容量。结果发现，体重指数高，腰臀比高的人脑容量最低。

具体而言，体重指数较高，腰臀比较高的人，平均脑灰质体积为786立方厘米；而体重指数较高，但腰臀比不高的人则为793立方厘米；健康体重的人，平均脑灰质体积为798立方厘米。

“人的大脑主要由脑灰质、脑白质和脑脊液组成。脑灰质和脑白质是中枢神经系统的重要组成部分，不同脑区的脑灰质决定了不同的认知功能。”南京脑科医院脑功能研究室主任陈政表示，脑灰质的萎缩与一系列的疾病相关，例如，灰质构成的海马体萎缩，会造成记忆力下降；脑区内的杏仁核萎缩，会导致抑郁；小脑内的灰质降低，会造成运动功能障碍，走路不稳。

“不过，该研究只是发现肥胖和较低的脑容量之间存在关联，还不能证明二者的因果关系。”陈政说。

肥胖与脑萎缩之间到底有何种“恩怨”，来自荷兰莱顿大学医学中心的一个研究小组或可揭示其中奥秘。他们在《放射学》杂志上刊文称，身体脂肪比越高，大脑形态和结构的差异就越大，进而导致大脑灰质体积越小。

## 提醒

### 减肥手术后也不能胡吃海塞

很多肥胖的人都希望能够减肥，保持身体健康。但如果总是管不住嘴又迈不开腿可咋办？

“袖状胃切除术和胃旁路手术是目前最常用的减重代谢手术。”江苏省人民医院减重代谢外科主任梁辉表示，袖状胃切除术切除了约八成的胃，特别是分泌饥饿素的部位，这样饱腹感会来得更快。胃旁路手术是一种改变肠道结构、关闭大部分胃功能的手术，通过缩小胃的面积，同时让食物不经过十二指肠，控制一部分肠道不吸收营养，从而达到减肥的目的。

一个人是否肥胖，或者是否需要做减重代谢手术，可以体重指数来判断，即体重(千克)除以身高的平方。梁辉表示，体重指数大于等于28即为肥胖，指数在27.5就可以考虑做手术，特别是指数在32.5以上、并有代谢性疾病的患者，建议做手术。

马向华说，做手术也并不意味着一劳永逸，有些人即使做了手术，若依然改不了不健康的生活方式，身材还是会反弹。

对于想要减肥的人，该如何自律？马向华建议，从饮食控制来说，每天补充的主食的热量控制在1500—1800卡之间，相当于二两米饭和二两荤菜的量，水果每天最多摄入200克左右，蔬菜每天摄入500克，饮水1500—2500毫升。从运动量来说，每天可以快走1小时，同时加强肌肉锻炼，提高代谢率。(科技日报)

## 中国体育彩票

7位数第 20056 期:

6 3 9 1 8 2 0

排列3/排列5第 20097 期:

9 3 5 6 4

大乐透奖池:12.40 亿元

7位数奖池: 1.28 亿元

最终结果以彩票中心开奖公告为准

## 购彩防疫指南

- ➔ 进店全程佩戴口罩
- ➔ 主动出示“锡康码”
- ➔ 保持1.5米以上距离
- ➔ 尽量使用电子支付方式
- ➔ 少接触、不扎堆、不聚集
- ➔ 出现发热、咳嗽症状尽快就医

## 中国福利彩票

### 购双色球蓝球全复式 可享双重惊喜!

全省双色球营销月活动火热进行中! 2020年5月6日至6月2日, 凡在我市任意福彩销售网点(不含银行定投、智能投注机), 单票购双色球蓝球全复式一倍, 赠送5注双色球彩票, 倍投蓝球全复式按同等倍数赠送。同时, 购买双色球蓝球全复式单张彩票满32元, 还可参与无锡本地抽奖活动。抽奖还剩一次, 将于6月5日进行, 将抽出一等奖10名, 各奖华为P40 5G(8+128G)手机一部或等值现金5000元; 幸运奖150名, 各奖100元双色球彩票。

## 福彩开奖

双色球 第2020042期

02 06 07 11 14 31 03

福彩3D 第2020098期

2 9 2

15选5 第2020098期

01 04 05 08 11

以福彩正式开奖公告为准

# 港澳知名爱国企业家何鸿燊逝世

昨日, 港澳知名爱国企业家、第9届至第11届全国政协常委何鸿燊在香港养和医院逝世, 享年98岁。

何鸿燊于1921年11月25日在香港出生, 祖籍广东。他家庭背景显赫, 是香港商人何东爵士的侄孙。其旗下的主要企业包括: 澳门博彩控股有限公司、香港新濠国际集团、香港信德集团有限公司、澳门国际机场专营公司、澳门诚兴银行等。

何鸿燊是澳门举足轻重的人物, 曾任第9至11届全国政协常委, 多次受到中国国家领导人接见, 曾参与见证中英、中葡谈判及香港、澳门回归祖国。他生前积极参与对祖国内地的经济建设, 文化慈善等事业, 为澳门的发展做出了突出贡献。

作为一名爱国的港澳同胞, 他对国家建设的支持也体现在实际行动上。2001年, 当时身为奥申委顾问的何鸿燊在得知北京申办2008年奥运会成功后, 随即捐资用于兴建奥运场馆——国家游泳中心。

2003年9月, 何鸿燊先生把价值600多万元的圆明园猪首铜像捐赠给保利艺术博物馆。2007年9月, 何鸿燊再次以6910万港币购得圆明园马首铜像, 并在港澳地区公开展示, 希望借此带动更多人参与保护中国文物的工作, 共同宣扬爱国爱民族意识。



(资料图)

2007年9月, 何鸿燊将5件纪念香港回归的珍贵艺术品捐赠给国家博物馆。他在捐赠仪式上表示, 作为港澳同胞, 他亲眼目睹了“一国两制”、“港人治港”、“澳人治澳”高度自治方针在港澳的成功实践。作为中国人, 他期盼祖国尽快实现和平统一。

2019年11月, 为庆祝中华人民共和国成立70周年和澳门回归20

周年, 何鸿燊决定将圆明园马首铜像捐赠给国家文物局, 为其百年回归之路画上圆满句号。

何鸿燊曾表示, 自己大半生在澳门度过, 从事博彩业近50年, 见证博彩业由专营走到开放, 最值得欣慰的是他一直坚持自己的信念, 通过发展博彩业, 积极参与建设澳门, 相信施比受更为有福。

(央视)

## 冬虫夏草 48元/克起

中山路218号锦江大酒店一楼 82759166

**高价回收** 中央空调/各种闲置设备及废旧物资  
13606178133 高经理

● 遗失道路运输证: 苏BG3991 锡字3202923001631, 苏BW0066, 锡3202923003690, 苏BW056挂锡3202923004038 声明作废

● 遗失无锡市隆达运输有限公司道路运输证: 苏B69918, 锡00368256; 苏B92055, 锡00374992, 苏B80855, 锡0037320200006715, 声明作废

● 遗失塘泾新村34-303何克钧租赁合同, 声明作废

● 张霏遗失护士执业证, 证书编号201232001976, 特此声明

● 遗失道路运输证: 苏BA9013, 锡00392538; 苏BB0739, 锡20000546; 苏BB2218, 锡20001751; 苏B99138, 锡00386873; 苏BG0731, 锡320200002666; 苏BB5026, 锡20003083; 苏BA1236, 锡00387706; 苏BM5693, 锡20019680; 苏BB3251, 锡320200002323, 声明作废

● 遗失苏B66728 锡00365846 苏B66802 锡00365891 苏B79957 锡00374992 苏B80855 锡00375304 苏BA2733 锡00388755 运输证

● 遗失无锡中邦房地产开发有限公司开具给杨红中邦城市花园T2-51-1735江苏增值税务通发票代码032001900105, 号码01025748金额217931元作废

● 遗失苏BB8139 营运证锡20005376 正本本废

● 遗失苏BM5557 锡20019446 苏BB8352 锡20023855 营运证废

● 遗失苏BG3122 锡20010107 苏BG1090 锡320200005508 苏B79502 锡20005138 营运证废

广告刊登热线 82767591 82767682