

国大医学院成立新中心 研究亚洲女性健康课题

李思邈 报道
lism@sph.com.sg

女性在怀孕期间如果体重大增十几公斤，日后因心脏病和糖尿病等慢性疾病而死亡的风险会随之增加。新加坡国立大学杨潞龄医学院成立亚洲女性健康全球中心，专门研究区域女性健康课题，包括从饮食、生活习惯和社会心理等各个方面控制发病风险。

国大医学院星期五（11月10日）在一年一度的新加坡女性健康研讨会上，正式宣布成立亚洲

女性健康全球中心（Global Centre for Asian Women's Health，简称GloW）。中心主任及妇产科部门教授张翠林在会上分享了两项新研究。

其中一项研究显示，女性在怀孕时若体重增加过度，未来50年因疾病而早逝的风险会增加。体重增加多少才算过度因身体质量指数（Body Mass Index，简称BMI）而异，整体而言是增加10公斤到18公斤以上。

张翠林教授和美国研究人员合作，针对美国超过4万5000名女

性进行50年的追踪调查研究。结果发现，怀孕前体重不足、BMI少于18.5的女性，怀孕期间若体重增加超过18公斤，日后死于心脏疾病的风险增多达84%；怀孕前BMI超标的女性，若怀孕期间体重增加超过九公斤，日后死于糖尿病的风险增加77%。

另一项研究显示，怀孕期间经历早产、高血压和血糖相关疾病的女性，50年后的死亡风险也会较大。其中，曾经早产的女性未来因病早逝的风险可增加7%到109%之间；曾患孕期高血压的

死亡风险则增加9%到32%之间；患有孕期糖尿病的死亡风险增加14%。

这两项研究分别发表于著名医学杂志《柳叶刀》和《循环杂志》。

张翠林教授说，美国和欧洲展开多项涉及妊娠和慢性疾病的死亡风险研究，但至今针对亚洲女性的相关研究稀少。

国大医学院的另一项研究显示，高危女性可通过健康的饮食和生活习惯，大幅降低发病风险。新中心计划同正在进行孕妇

研究的团队合作，并持续跟进女性的终身健康状况。这可为针对孕产妇健康和妇女长期保健的研究，填补更多缺失的数据。

英兰妮：改善女性健康 日积月累小习惯最有效

为期三天的新加坡女性健康研讨会从本月9日举行至11日，汇集了多国的研究人员，探讨与女性健康相关的课题。

总理公署部长兼财政部及国家发展部第二部长英兰妮在研讨会上致辞时说，女性从年幼到年

长的各个人生阶段，会面临不同的医疗需求。我国政府在小学阶段就展开饮食宣导和体检等，帮助女生及时获得所需的护理和支持。对女性健康的其他关注还包括体能活动、生育、乳癌、更年期和骨质疏松症等方面。

英兰妮提醒，要改善女性健康没有灵丹妙药，必须靠科研、政策和个人努力的全面配合。

“我们常忽略持之以恒的重要性。长期下来，最有效的还是日积月累的小习惯，而不是心血来潮的一时行为。”