

正體

簡體

[站內資料庫](#)
[【類別】：熱門資訊 → 熱門報導 → 健康新聞](#)
[線上諮詢](#)

533人觀看

[回 健康新聞](#)


延伸閱讀

[夜食症](#)
[【闇夜吻別】](#)
[台北士林夜市「青蛙下](#)
[老人夜尿多 抗利尿荷](#)
[老人夜尿多 抗利尿荷](#)
[寶寶夜間不餵奶的妙招](#)
[半夜牙痛怎麼辦？](#)
[那夜的爸爸](#)
[深夜的養老院](#)
[愛太猛 半夜急診多](#)
[夜遊須知](#)
[夜市通](#)

最多瀏覽

[腦震盪](#)
[月經與懷孕](#)
[胃痙攣](#)
[胃脹氣與脹痛](#)
[痔瘡 內痔 外痔](#)
[香港腳防治](#)
[梨狀肌症候群](#)
[愛滋病](#)
[急性骨盆腔發炎](#)
[牙部疼痛](#)
[彰化世外桃園庭園咖啡](#)
[性病疣「菜花」新藥](#)

夜貓族 小心心臟抗議

【台灣新生報／記者蘇湘雲／綜合外電報導】

每天喜歡拖到凌晨兩點才睡覺的人，小心心臟抗議。美國紐約州立大學動物研究發現，凌晨兩點後才入睡容易打亂生理時鐘，對身體脂質新陳代謝帶來嚴重影響，容易增加心臟病風險。

美國紐約州立大學唐斯泰特醫學中心的穆罕默德·海珊（M. Mahmood Hussain）也參與研究。他解釋，太晚入睡、旅行都會讓生理時鐘、身體晝夜節律變混亂，導致血液中的三酸甘油酯濃度增加，三酸甘油酯是血液裡的脂肪酸，濃度過高容易引起心臟疾病。

穆罕默德·海珊表示，研究時，老鼠分為兩組，一組作息正常，另一組作息晝夜顛倒，結果顯示，作息正常的老鼠三酸甘油酯濃度一天只會升高一次，而作息顛倒的老鼠三酸甘油酯濃度整天居高不下。

研究人員指出，新陳代謝症候群患者和肥胖者很容易新陳代謝失調，血漿往往帶有高濃度脂質。而新陳代謝系統負責調控血漿脂質濃度，視情況製造、清除血漿脂質。研究人員發現，生理時鐘受光照調節，這種調節機制不但和基因有關，也會影響血漿三酸甘油酯起伏。

研究成果近日發表於「細胞新陳代謝」期刊（Cell Metabolism）。研究人員認為，用藥時機應該也要跟隨生理時鐘節奏，希望未來可以找到一天最佳用藥時機，幫助控制疾病。

【2010/08/06 台灣新生報】

※小叮嚀：投稿或引述文章內容請記得註明出處，以示尊重其著作財產權利，倘有疏漏之處也歡迎來信指教，謝謝。

[投稿信箱](#)
[補充意見](#)

只考選擇題
公職也能輕鬆



只考選擇題 公職也能輕鬆上榜

S



有話要說

共有 0 筆回應 · 合計 0 頁 · 正在第 0 頁

匿稱：

內容：

(1千字內) 請輸入驗證碼：



IKEA大玩驚喜新花樣

紙上家具動起來？超能透視APP？原來都在瑞典品牌IKEA今年的新型錄...<詳全文>



0~6歲送巧連智學習商品

2012全新巧虎學習商品免費送：烤箱遊戲組/寶寶IC音樂書...等，先搶先贏...<詳全文>



- 做為食療的話可能要很長期才會..
- 沒想到草莓也有此效用感謝分享..
- 我聽說是沒有徵兆的..



本站入圍衛生署95年度優良健康資訊網站

台灣醫療網 版權所有

© 2006-

2012 TW16 Network! Taiwan Inc. All Rights Reserved. 客服信箱