

研究：与已婚男性相比 未婚和丧偶年长男性较易失智

根据新加坡国立大学杨潞龄医学院研究人员展开的研究发现，未婚和丧偶年长男性的失智症风险，分别是同龄已婚男性的六倍和五倍，同时也比未婚或丧偶的女性更容易产生认知障碍。这类男性在体育社交活动和社会贡献方面的活跃指数都比女性来得低。

杨漾 报道
yangyang@sph.com.sg

本地研究显示，未婚和丧偶的华族年长男性比同龄的已婚男性，有更高风险患上失智症。

这项研究属于“新加坡纵向老龄化研究”（Singapore Longitudinal Ageing Study）

的一部分。新加坡国立大学杨潞龄医学院一组研究人员，针对其中近2500名55岁以上的东南区居民，开展这份婚姻状态与认知障碍研究。他们大多是来自芽笼一带的低收入者。

研究人员发现，未婚和丧偶年长男性的失智症风险，分别是同龄已婚男性的六倍和五倍，同时也比未婚或丧偶的女性更容易产

生认知障碍，如出现失忆或口齿不清等症状。这类男性在体育社交活动和社会贡献方面的活跃指数都比女性来得低。

参与这次研究的年长者须完成一份认知功能问卷，内容包括方向感、简单语言测试和算数。

根据2010年全国健康调查，本地65岁以上年长者中，每16人就有一人有失智症。75岁以上年长者患失智症比例更高，每八人就有一人患上。

卫生部早前也预计，60岁或以上、患有失智症的年长者到了2030年，人数将增加近两倍至8万人。

除了基因和医疗问题外，环境、社会心理和个人生活经历都可以成为影响人们认知

功能的原因。负责研究的心理医学系副教授黄子斌受访时指出，婚姻为预防人们产生认知障碍提供了一定的保障。

他说：“一段长远稳定的两性关系为男女提供了更多社交机会和活动，减少精神压力与寂寞感，与配偶和子女的关系，也较容易让人找到人生目标。”

至于未婚和丧偶的年长女性相对较不易产生认知障碍，黄子斌认为，女性较懂得照顾自己，她们一般会安排活跃的社交生活，以弥补婚姻关系方面的不足和缺憾。

他因此建议，年长的单身和丧偶男性，也应积极参加更多社交活动，通过活跃的老年生活避免认知功能退化。