

# 国大公共卫生学院 投资100万元抗糖尿病

黄小芳 报道  
xfhuang@sph.com.sg

本地年轻工作者肥胖率倍增，使国人患糖尿病的可能性加大。新加坡国立大学苏瑞福公共卫生学院宣布投资100万元，对成人肥胖、职场健康宣导及幼儿饮食习惯进行研究，三管齐下寻找预防糖尿病的有效方案。

随着越来越多国人患上糖尿病，卫生部今年4月在国会宣布向糖尿病宣战，国大苏瑞福公共卫生学院在昨天的第二届新加坡国际公共卫生研讨会上，宣布展开一系列研究，同政府携手对抗糖尿病。

## 肥胖者患病风险 高一两倍

国大苏瑞福公共卫生学院院长谢继成教授受访时指出，肥胖是糖尿病的主要导因之一，它会减弱细胞吸取糖分的能力，使血糖飙升，进而损坏器官和血管。肥胖者患糖尿病的风险，比一般人高出一至两倍。

本地肥胖率近年来不断攀升，年轻人的肥胖率增幅尤其显著。1992年至2010年间，20岁至29岁国人肥胖率增加近两倍，从6%左右增至近16%。

谢继成教授说：“国人的生活素质不断提升，总体而言更容易过量饮食。加上20岁至29岁的国人大多刚踏入职场，离开原本较活跃的校园或国民服役生活后，日常作息有了巨大的改变，却无法正确调整饮食习惯，因此容易发胖。”

为全面了解糖尿病的导因，学院已设立100万元的种子基

去年一项调查显示，超过半数的7岁儿童有蛀牙，这可能显示国人从小就已养成食用高糖分食物的习惯。研究人员必须深入探讨可引起病症的各个环节，确认在哪个阶段采取预防措施最有效。

——苏瑞福公共卫生学院  
院长谢继成教授

金，除了进一步分析年轻人肥胖的情况，也将致力于研究职场健康宣导活动的效用，以及幼儿饮食习惯的长远影响。

谢继成教授说：“糖尿病是由长期的不良饮食习惯与日常作息累积而引发。去年的一项调查

显示，超过半数的7岁儿童有蛀牙，这可能显示国人从小就已养成食用高糖分食物的习惯。研究人员必须深入探讨可引起病症的各个环节，确认在哪个阶段采取预防措施最有效。”

学院已先展开11项研究，当中分为短期和长期项目，历时从六个月到长达半世纪。

卫生部兼环境及水源部高级政务部长许连碯博士在研讨会上致词时说，糖尿病虽然也和基因与衰老有关，但是人们无法控制这些先天因素。

她说：“重要的是教导国人如何管理自己的健康，减低患糖尿病的风险。这也可降低他们患上心脏病、中风、肾衰竭等糖尿病并发症的概率。”

### 本地肥胖率 持续攀升

20岁至29岁

1992年

6%

增至

2010年

16%