

招募850前期患者 本地研究减重与服药 能否减患糖尿病风险

新加坡集团杜克—国大糖尿病中心主任马荣茂高级顾问医生说，通过这项研究收集的数据，将有助当局了解改变生活方式和用药，对本地人口有多大的效用，也能让他们评估是否把这当成应对糖尿病前期的新标准疗法。”

叶伟强 报道

yapwq@sph.com.sg

本地新研究有意了解糖尿病前期患者若积极减重，再加上服药，能否有效地降低他们病变成糖尿病患的风险。

由新加坡集团杜克—国大糖尿病中心、保健促进局和新加坡临床研究所展开的研究，希望能招募850名糖尿病前期患者，并对每名患者进行长达三年的追踪研究。

18岁至69岁的国人当中，14.4%有糖耐量低的问题，也就是身体无法有效地应付所摄取的糖分，但还未严重至患上糖尿病。

若没有及早治疗和积极改变生活方式，多达35%糖耐量低者会在八年内，病变成糖尿病患，也可能患冠状动脉心脏病和中风等并发症。

新加坡集团杜克—国大糖尿病中心主任马荣茂高级顾问医生说：“通过这项研究收集的数据，有助我们了解改变生活方式和用药，对本地人口有多大的效用，也能让我们评估是否把这当成应对糖尿病前期的新标准疗法。”

根据卫生部属下护理效能评估中心的“糖尿病适当护理指南”，糖尿病前期患者

若需用药，最佳选择是二甲双胍（Metformin），因为它的药效证据最强，也有最久远的用药安全记录。研究也显示，糖尿病前期患者使用二甲双胍的三年内，病变成糖尿病的风险可降低26%。

**年龄介于18岁至64岁
BMI指数须在23或更高**

新加坡集团有意招募18岁至64岁的糖尿病前期患者，而他们以身高和体重计算的身体质量指数（BMI）须在23或更高。

参与者将随机分为标准护理和治疗这两个组别。标准护理组

会得到个人化的生活习惯辅助和辅导。

治疗组可免费参与营养知识工作坊和运动课程等，而每上一堂课还可获购买运动商品的10元购物券。若在加入研究六个月后仍属病变高风险群，治疗组的人开始服用二甲双胍。他们也有机会获总值490元的现金奖励，只需在研究期间的不同阶段，证明自己达到或维持体重减轻5%的目标，就能得到奖励。

所有参与者每六个月会做身体检查和抽血一次。参与者只需支付20元押金，在完成三年研究后可得80元回报。

有意参加名为“Predicted”研究的公众，可拨电9115-6276或电邮predicted@singhealth.com.sg。研究团队也已成立官方网站www.predicted.com.sg。