

80多岁却拥有50岁到60岁的记忆力 “超级老人”每天吃6个西红柿



些实验参与者完成了脑部CT扫描、血液抽检在内的多项测试,并回答了有关他们自身生活方式和行为的相关问题。

通过横向和纵向研究,以及每年的随访,研究团队评估了这些老年人的全脑脑白质状态以及特定区域白质微观结构。研究结果显示,“超级老人”和记忆能力正常老年人在整体白质健康状况(包括白质总体积、脑白质信号评分和病变体积)上没有显著差异。然而,通过扩散参数分析发现,“超级老人”的白质微观结构比其他老年人更好。

研究发现,“超级老人”大脑中储存记忆的重要区域,尤其是海马体和内嗅皮层体积更大。他们能够更好地保持大脑前额负责记忆区域之间的连接,且显示出极小的阿尔茨海默病可能性。此外,去年7月《柳叶刀》子刊的研究指出,与普通老人相比,“超级老人”大脑海马体体积更大、皮质层更厚、脑皮质萎缩更慢。

首个研究“超级老人”的美国西北大学神经病学教授艾米丽·罗加斯基,在其2012年发表的研究论文中表明“超级老人”的大脑比80岁同龄人的大

脑看起来更像50岁或60岁的大脑,而且“超级老人”的大脑萎缩速度要比平均水平更慢,他们的大脑皮质层更厚,患阿尔茨海默病概率要小90%以上。

目前,还没有关于世界上有多少“超级老人”的准确数字统计,但罗加斯基表示,这种人“相对较少”,“远低于10%”的人群最终符合标准。

他们的生活习惯不一定很规律

最值得注意的是,“超级老人”的身体健康状况较同龄人来说稍好一些,无论是在血压还是葡萄糖代谢方面,他们在活动能力测试中表现也更好。

令人惊讶的是,这些“超级老人”不一定拥有更为健康的生活习惯。那些被普遍认为是“超级老人”有关的东西实际上并不存在,像是饮食结构、睡眠时间、职业背景和良好嗜好上和普通人没有任何差异。有些人经常锻炼而有些人从来不运动,有些人坚持地中海健康饮食而有些人依靠预制菜维持生计,更有甚者

一直保持吸烟的不良习惯。而他们唯一的共同点就是拥有牢固的社会关系网络。

加州大学项目助理泰莎·哈里森表示:“在理想的状态下,你会发现所有‘超级老人’每天都会吃6个西红柿,这是关键”。2020年德国研究人员发现,“超级老人”往往拥有一些有利的遗传突变,这些突变保护他们免受致病遗传突变的影响。例如,“超级老人”倾向于拥有一种导致高密度脂蛋白或“好胆固醇”水平升高和甘油三酯水平降低的遗传突变。这种遗传优势不仅有利于心脏健康,还能显著推迟痴呆症的发展并降低认知下降和阿尔茨海默病的风险。

目前,科学家们仍在探索“超级老人”背后的遗传和环境因素。初步研究表明,成为“超级老人”可能与基因有关。这表明,虽然我们无法改变自己的基因,但通过健康的饮食习惯、适量的体育运动、充足的睡眠时间以及保持稳定的社会关系,或许可以减缓认知能力的下降和延缓大脑的老化速度。

据红星新闻

大脑中储存记忆区域体积更大

近日,在《神经科学》杂志上发表的一篇最新论文揭示了这些“超级老人”大脑的特殊之处。这项研究由西班牙马德里理工大学临床神经科学实验室和阿尔茨海默病研究单位共同完成,研究人员对64名“超级老人”(平均年龄81.9岁,59%为女性)和55名记忆能力正常老年人(平均年龄82.4岁,64%为女性)进行了为期5年的研究。这

消失数月的韩国“第一夫人”被专案调查 尹锡悦或是下一个?



尹锡悦与夫人金建希

自韩国“第一夫人”金建希在公众视野消失长达4个月而被媒体注意到后,近日她再一次成为舆论的焦点。据韩国《朝鲜日报》5月4日报道称,韩国检察总长李元锡已要求就韩国“第一夫人”金建希收受名牌包事件进行专案调查。检方还将调查韩国总统尹锡悦的自主申报或归还情况。

金建希消失数月后被专案调查

韩国媒体梳理发现,自去年12月15日随尹锡悦访问荷兰回国后,金建希就一直未公开露面。新年期间,她也未曾出现。报道称,截至今年4月9日韩国第22届国会议员选举前夕,她已离开公众视线117天。“第一夫人”长时间消失,引发了韩国政坛的激烈讨论。当时有分析指出,“收受名牌包”事件和4月10日举行的国会选举可能是金建希消失的原因。

继金建希“消失”数月后,韩媒就惊现她将被专案调查的消息。报道称,韩国检察总长李元锡2日听取有关“第一夫人”金

建希收受名牌包事件最新进展情况后,要求成立专门调查组,根据证据和法律迅速、彻底地进行调查,以查明真相。

据悉,在首尔中央地方检察厅,负责处理此调查的刑事一部(部长检察官金承浩)正在加速调查,已额外投入3名检察官。

据韩媒此前报道,金建希于2022年9月13日收受旅美韩侨牧师崔在英贿赂的一款价值约300万韩元(约合人民币1.6万元)的迪奥包。

此前韩国最大在野党共同民主党在国会议员选举中获胜后,表示将推进涉及“第一夫人”调查法案。因此,在这种情况下,韩国检察机关似乎加快了对此事件的调查速度。

收迪奥包风波

去年11月,韩国网媒“首尔之声”发布独家报道,指金建希于2022年9月13日从崔在英处收受价值相当于300万韩元(约合1.6万元人民币)的迪奥包,并发布了现场视频。据悉,该视频由崔在英用手机偷拍,礼品则由“首尔之声”准备。此前,金建希方指责偷拍行为,认为这是故意

陷害。

尹锡悦也曾对此辩称,事件已经过去一年多,又在今年4月国会选举之前被爆料,“可见这是一个精心策划的政治阴谋”。

自“第一夫人收包”视频曝光后,尹锡悦面临很大压力。据韩媒报道,当被问及是否计划任命一名特别调查员负责调查总统家庭成员的腐败问题,或设立“第一夫人”私人秘书办公室时,尹锡悦当时表示,应该由国会选出特别调查员,同时他的办公室正在考虑设立“第一夫人”事务办公室,但他也对这些措施在防止此类事件发生方面的有效性持保留态度。

尹锡悦或被调查

此外据报道,检方还将调查韩国总统尹锡悦的自主申报或归还情况。根据相关法律,韩国公务员知晓配偶收受财物的事实后,必须立即归还或申报。

在经济停滞和通胀上升的背景下,尹锡悦的施政好评率已经受到打击,大多数韩国人不满尹锡悦的施政表现。此前的一项民调显示,62%的受访者认为“名牌包事件”违反了反腐败法。

《反腐败法》规定,任何公职人员在知道其配偶收受违禁金钱或贵重物品后未向其机构负责人报告的,将被处以最高三年的监禁或罚款3000万韩元。

如果尹锡悦违反《反贪污法》罪名成立,他在卸任后可能会受到起诉和惩罚。

尽管金建希受到专案调查,但韩国检察机关内部有分析认为,即使调查加速进行,金建希也不太可能被起诉和定罪处罚。

韩媒称,由于《禁止请托法》并未将公务员配偶规定为处罚对象,因此检方可能会做出不起诉的决定。据极目新闻

少子化现象日趋严重

日本696年后恐只剩一名儿童

一项研究报告表明,随着人口加速减少,日本预计将在大约696年后面临人口灭绝的风险。届时在日本,15岁以下的孩子就只剩下一名了。

日本东北大学高龄经济社会研究中心主任吉田浩教授对2024年版的“儿童人口时钟”研究报告进行了最新修订。

该研究是吉田浩教授在2012年受到美国“末日时钟”的启发,为提高对低出生率危机的意识而开展的。它基于日本国家人口估计数据每年进行计算,并在日本儿童节(5月5日)前后发布在研究中心的网站上。

约696年后或仅剩一名儿童

日本总务省5月4日公布的人口推算数据显示,日本儿童人口自1982年以来连续43年减少。截至4月1日,包括常驻外国人在内,日本不满15岁的儿童人口为1401万,同比减少约33.6万,年减少率为2.3%。日本儿童人口占总人口比例为11.3%,同比下降0.2个百分点,均创1950年有统计以来最低纪录,反映日本少子化趋势进一步加剧。

根据这一数据,吉田浩教授预计,到5月5日儿童节时,儿童人口将进一步减少到1397万9189人。“儿童人口时钟”预测,如果减少速度保持不变,“在696年后的2720年1月5日”,日本的15岁以下儿童人口将降至仅剩1人。

截至2023年的人口时钟预测则是在“798年后的2821年

10月27日”,与去年相比,2024年版的预测提前了101年。而这一预测最初的2012年版是“4147年”,这也意味着在过去12年(2012年—2024年)里,预测时间已经提前了1427年。这一加速与“2023年时,日本新生儿数量连续第8年下降”有关。

日本的“总和生育率”(平均每个妇女一生中所生孩子数量)为1.26,远低于维持人口稳定所需的2.07。

或成首个因少子化而灭绝的国家

吉田浩教授指出,长期经济不景气导致日本年轻人因收入低而难以结婚和生育。他强调需要改善育儿环境,提出了减轻负担的措施,如儿童医疗费和午餐费的免费化、推广男性育儿假等。他还提议将退休年龄推迟10年,并改革制度,使得父母可以享受3到5年的育儿假。

他警告说,如果生育率的下降趋势不能扭转,儿童人口时钟的指针将不会回转,“日本可能成为第一个因少子化而灭绝的国家。”

数据显示,截至去年10月1日,日本全部47个都道府县的儿童人口数量均同比减少。仅东京和神奈川县儿童人口数量超过100万。

另据联合国人口统计年鉴,在全球人口超过4000万的37个国家中,日本儿童人口占总人口比例仅为11.3%,位列倒数第二,仅高于韩国(11.2%)。据红星新闻