

# 成立健康长寿中心 国大研究最佳方案助国人延长健康寿命

王嫻婷 报道  
gladysyt@sph.com.sg

“以貌取人”不再只是主观判断，而是有科学根据的，新加坡国立大学医学组织开设本地首个健康长寿中心，其中一个新科技就是用相机拍摄人脸，并绘制成3D图像，再通过测量脸部纹路和肌肉，就能分析出相中人的生理年龄。

中心计划通过一系列重点老年科学研究项目，来找出衰老的生物标记（biomarker），从而更准确地测量本地人口的生理时钟，研发最佳方案来延长国人的健康寿命。这也是首次针对东南亚人口生理时钟展开的临床研究。

国大医学组织健康长寿中心是本地首个结合临床前和临床阶段的老龄化研究中心，坐落在亚历山大医院，占地1600平方英尺，也包括位于国大医学院的实验室。

中心也可测量不同人类组织和器官的生理年龄，比如采用紫外线探测人类皮肤组织中的一种蛋白质成分，可测出心血管疾病风险；血压测试可评估动脉硬化度，反映中风或肥胖风险。中心还能做握力等手臂力量测试，以及不同功能测试。

副总理兼经济政策统筹部长王瑞杰星期三（9月7日）应邀到国大医院主持国大医学组织健康长寿中心的开幕仪式。他说，在发达国家出生的儿童，未来活到100岁可能成为新常态，但比长寿更重要的是活得健康、活跃、有意义。

“健康长寿能确保多活的岁月是恩惠，不受疾病和经济负担所折磨。”

中心目前正在至少15项研究，包括自去年3月展开的“衰老的生物标记研究”（ABIOS），以了解对于生活活跃的年轻人、中年人和老年人，相比少活动或正因慢性病接受门诊治疗的同龄人，这些与年龄相关的变化，在他们身上的表现有何不同。当中，研究团队将收集约420多人的脸部3D图像，并通过机器学习系统，来分析本地人的面部老化趋势。

30岁及以上且身体健康的人若有



国大医学组织健康长寿中心是本地首个结合临床前和临床阶段的老龄化研究中心，其中一项“衰老的生物标记研究”将收集参与研究者的脸部3D图像，通过机器学习系统来分析本地人的面部老化趋势，从而研发衰老的生物标记。（陈斌勤摄）

研究的最终目的是把生理年龄的测试融入临床实践中，例如人们在不久的将来，到全科诊所和综合诊所所做体检时，也能顺便测量生理年龄，如果发现某些器官老化得比预期快，就能做出一些改善，例如改变生活方式、服用营养补充品和一些药物等，以减缓身体老化。

——健康长寿中心主任肯尼迪

兴趣，可电邮healthy\_longevity@nuhs.edu.sg询问详情。

## 中心主任：放慢老化过程 延缓或预防心脏病中风等疾病

虽然医学的进步把新加坡人的平均寿命提高至84.8岁，是全球寿命最长的国家之一，但活得健康的年岁增长较慢，新加坡人平均在一生的最后10年疾病缠身，导致医疗和护理开销增加，造成社会经济负担。

配合健康长寿中心的开幕，中心主任肯尼迪（Brian Kennedy）教授星期

三在首次举行的新加坡长寿科学大会上说，年老癌症、身体虚弱、心脏病、中风、关节炎，以及白内障等多种慢性疾病的最大风险因素。

“如果我们能令老化过程放慢或逆转，或许能同时延缓或预防患上这些疾病。”

中心计划通过改善环境、生活习惯，以及探讨新和现有药物与增补剂来延长人的健康寿命。中心也会主办研讨会，来提高公众对健康长寿和相关研究的认识。

中心联合主任迈尔（Andrea

Maier）教授指出，改善生活方式是目前延长健康寿命最有效的方法，甚至可延寿约八年。

“我们知道多做体力活动有效，但一个人到底需要多少运动才足够，可通过研究判断。未来的三到五年内，健康长寿不只是经实验证实的概念，也会是大家生活的一部分。”

肯尼迪透露，研究的最终目的是把生理年龄的测试融入临床实践中，例如人们在不久的将来，到全科诊所和综合诊所所做体检时，也能顺便测量生理年龄，如果发现某些器官老化得比预期快，就能做出一些改善，例如改变生活方式、服用营养补充品和一些药物等，以减缓身体老化。

连氏基金会捐出500万元给健康长寿中心的研究伙伴国大杨潞龄医学院，支持相关的研究项目。