西班牙研究发现，服用GLP-1药物的患者44周后饮酒量有所减少

这项针对135名患者的观察性分析还发现，肥胖和2型糖尿病成年患者对饮食建议的依从性有所提高

2026年11月19日星期四



一项于11月18日星期三发表于《Addictive Behaviors》的研究显示，在西班牙接受常规医疗照护的44周内，因肥胖和2型糖尿病服用GLP-1药物的成年人报告称，他们饮酒量有所减少，饮食也更加健康。研究人员表示，这些结果为人们日益关注的一个问题增添了新证据：广泛使用的糖尿病和减重药物是否会影响血糖和体重以外的行为。不过，他们强调，这项研究属于观察性研究，无法证明这些变化是由药物导致的。

这项分析追踪了135名同时患有肥胖和2型糖尿病的成年人，他们在西班牙多个医疗中心开始或加强了GLP-1受体激动剂治疗。参与者平均年龄约为62岁，男性略多于半数，平均体重指数为36.2。许多人还存在其他心血管危险因素，包括高血压或胆固醇异常。

GLP-1受体激动剂包括司美格鲁肽、度拉糖肽、利拉鲁肽和艾塞那肽等药物。它们模拟进食后释放的一种激素，通常用于降低血糖和辅助减重。研究人员也在研究这些药物是否会影响大脑的奖赏系统；该系统与渴求和物质使用有关。

在这组西班牙患者中，研究开始时的饮酒量已处于较低水平。在130名酒精摄入记录完整的患者中，87.7%属于每日0至1个标准杯的最低类别，6.9%报告每日饮用2杯，5.4%报告每日饮用超过2杯。至第44周，96.2%属于每日0至1杯这一类别，3.8%报告每日饮用2杯，没有人报告每日饮用超过2杯。

研究采用西班牙定义的标准饮酒单位，即10克纯酒精，大致相当于一小杯葡萄酒或啤酒。由于问卷将零杯和每日一杯归为同一类别，研究人员无法判断少量饮酒者是完全戒酒，还是仅略微减少了饮酒量。

患者对饮食建议的依从性也有所提高。治疗开始时，47.7%的参与者表示遵循了建议饮食。到第4周，这一比例升至66.7%；第44周时为63.2%。研究人员采用统计方法对缺失的随访答复进行校正后，这一改善仍然存在。

身体活动的变化则有所不同。报告定期锻炼的患者比例从基线时的43.9%升至第12周的56.1%，但到第44周又回落至50.4%。长期变化未达到统计学显著性。

心理健康方面的结果并不一致。44周内，整体心理健康以及焦虑或抑郁的综合指标均未显示统计学显著改善。一般心理健康平均得分从50.3升至52.2，但研究人员认为这一变化并无实质意义。一项具体的情绪指标则较为突出：表示自己一直或大部分时间感到平静、安宁的患者比例，从基线时的51.9%升至第44周的69.2%。作者表示，应谨慎看待这一结果，因为它来自对多个独立情绪项目的探索性检验。

这项研究是对SEVERAL研究数据进行的事后分析。SEVERAL是一项真实世界临床队列研究，最初旨在评估代谢健康和药物安全性，而非饮酒情况或行为变化。第一作者José Seijas-Amigo及其同事将这项新研究称为探索性研究，旨在提出假设。

医生根据常规临床判断开具药物，而非通过随机分配决定治疗方案。约35%的患者使用度拉糖肽，31%服用口服司美格鲁肽，30%使用注射用司美格鲁肽，约4%服用利拉鲁肽或艾塞那肽。研究期间，43%的参与者出现药物不良反应。其中，恶心等消化系统问题占五分之四以上，另有4名患者永久停药。

研究人员表示，饮酒和饮食方面的变化可能有多种解释。减重和糖尿病控制改善可能让患者感觉更好，从而促使他们养成更健康的日常习惯。这些药物也可能作用于与食欲、奖赏和压力相关的大脑通路，使酒精和高热量食物的吸引力降低。但研究并未直接测量渴求、大脑活动或冲动性，因此这些作用机制尚未得到证实。

这些发现与此前的研究结果相符，但现有证据仍有限。2025年发表的一项随机临床试验发现，对于酒精使用障碍患者，低剂量司美格鲁肽可减少每周饮酒渴求，并降低实验室环境下的饮酒量。其他观察性研究也提示，部分GLP-1药物可能与酒精相关住院人数减少有关。不过，这些研究涉及不同人群，采用的衡量指标也各不相同，因此难以直接比较。

这项新研究也有重要局限。由于没有未接受治疗的对照组，研究无法区分药物本身的作用与定期医疗随访、反复进行的生活方式指导、减重本身，或恶心等可能降低食物和酒精兴趣的副作用所产生的影响。治疗开始前，近九成患者已处于饮酒量最低的类别，饮酒量较高的组别中仅有16人。研究还依赖患者自述饮酒情况，没有采用针对问题性饮酒的临床筛查工具，并且研究对象集中于西班牙的老年人，

因此结果可能不适用于年轻人或寻求酒精成瘾治疗的患者。

对饮料行业而言，这项研究为一系列相关研究增添了新成果；如果后续大型试验证实这些发现，它们最终可能具有实际影响。如果GLP-1药物确实能降低部分患者对酒精的兴趣，长远来看，可能会影响部分人群对啤酒、葡萄酒和烈酒的需求模式。目前的证据仍处于早期阶段，覆盖范围也有限，尚不足以对消费者行为得出确定结论。

作者表示，不应将这些结果解读为GLP-1药物可以治疗酒精成瘾的证据。他们呼吁开展专门追踪饮酒行为、渴求、复发和长期安全性的随机临床试验。他们还指出，未来研究应采用更详细的酒精摄入指标和生物标志物，以检验观察到的变化究竟源于药物的直接作用，还是健康状况改善带来的更广泛影响。

这篇论文由Seijas-Amigo和一大批西班牙研究人员共同撰写，题为《GLP-1受体激动剂治疗期间的饮酒、生活方式行为与情绪健康：SEVERAL研究的事后分析》。