

Το 90% των γυναικών που παθαίνουν έμφραγμα είναι καπνίστριες

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



SHUTTERSTOCK-

Οι ειδικοί επισήμαναν ότι το καθαρό περιβάλλον, η άσκηση και η προσεκτική διατροφή μπορούν να αποφέρουν σημαντικά οφέλη στην καρδιαγγειακή υγεία.

Στη δημοσιότητα δόθηκαν με αφορμή το 19^ο Συμπόσιο Αθηροσκλήρωσης και Συναφών Παραγόντων Κινδύνου, τα στοιχεία του προγράμματος «Εκτίμηση Καρδιαγγειακού Κινδύνου - Μήνας Ελέγχου Χοληστερόλης» το οποίο υλοποιείται για 10 συνεχή έτη από το ΕΛΙΚΑΡ κι έχει μέχρι στιγμής συμπεριλάβει δεδομένα από 60.000 άτομα.

Όπως ανέφερε ο Δημήτριος Τούσουλης, Καθηγητής Καρδιολογίας Ιατρικής Σχολής Παν/μίου Αθηνών, αναλύοντας τα στοιχεία του προγράμματος το 90% των γυναικών που έπαθαν έμφραγμα ήταν καπνίστριες, ενώ επίσης, παρατηρήθηκε ότι αυξάνεται σημαντικά η θνητότητα από έμφραγμα μεταξύ των γυναικών που είναι παχύσαρκες, διαβητικές και άνω των 50 ετών.

Τόνισε δε, πως η «προστασία» που έχουν οι γυναίκες για καρδιαγγειακά κατά την περίοδο της έμμηνου ρύσης, σταματά κατά την κλιμακτήριο και τότε η επίπτωση από τις κακές συνήθειες εισβάλλει στον οργανισμό συσσωρευμένη. Αντίστοιχα,

όπως παρατηρήθηκε, αυξάνονται και τα αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια, με τη θνητότητα να ανέρχεται στο 14%.

Σύμφωνα με τον Καθηγητή Καρδιολογίας της Α'Παν/κης Καρδιολογικής Κλινικής του Ιπποκράτειου & Professor of Cardiology Imperial College London, Hammersmith Hospital, κ. Πέτρο Νιχογιαννόπουλο, η κολπική μαρμαρυγή είναι επίσης όπως έδειξε το πρόγραμμα μια από τις πολύ συνήθεις αρρυθμίες καθώς προσβάλλει πάνω από το 2% του πληθυσμού, δηλαδή περίπου 300.000 έλληνες.

Και ενώ όπως τόνισε είναι μια δαπανηρή νόσος, έχει διαπιστωθεί ότι η μείωση του βάρους κατά 10 κιλά μειώνει ταυτόχρονα τον κίνδυνο ενός νέου επεισοδίου κολπικής μαρμαρυγής, σε ποσοστό αντίστοιχο με εκείνο της λήψης φαρμάκων.

Οι ειδικοί επισήμαναν ότι το καθαρό περιβάλλον, η άσκηση και η προσεκτική διατροφή μπορούν να αποφέρουν σημαντικά οφέλη στην καρδιαγγειακή υγεία.

Πηγή: naftemporiki.gr