

2 Ιουνίου 2016

Η θετική πλευρά της μουρμούρας... Πώς η γκρινιάρα σύζυγος βοηθά στην πρόληψη ή τον έλεγχο του διαβήτη

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μίσιγκαν

Μπορεί η γκρίνια να «σκοτώνει» τον έγγαμο βίο, ωστόσο αμερικανοί ερευνητές υποστηρίζουν ότι μπορεί να αποδειχθεί ο καλύτερος προστάτης των ανδρών στην πρόληψη ή τον έλεγχο του διαβήτη.

Σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο *Journals of Gerontology: Social Sciences*, ερευνητές του Πολιτειακού Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν, υποστηρίζουν ότι οι άνδρες που έχουν γκρινιάρες συζύγους έχουν λιγότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν διαβήτη ή στην περίπτωση που πάσχουν να έχουν καλύτερο έλεγχο της κατάστασης τους.

Οι επιστήμονες χρησιμοποίησαν στοιχεία από την μελέτη *National Social Life, Health and Ageing Project*, εστιάζοντας σε στοιχεία για 1.228 έγγαμα άτομα. Οι συμμετέχοντες ήταν 57-87 ετών στην αρχή της μελέτης και 389 έπασχαν από διαβήτη κατά την ολοκλήρωσή της.

Και ο λόγος που η γκρίνια της συζύγου λειτουργεί προστατευτικά είναι ότι, οι γυναίκες που «παιδεύουν» τους συζύγους τους είναι πιθανότερο να ρυθμίζουν τις συμπεριφορές υγείας τους.

«Ο διαβήτης χρειάζεται τακτική παρακολούθηση και οι γυναίκες μπορεί να ωθούν τους συζύγους τους να είναι συνεπείς στον έλεγχο της νόσου, γινόμενες γκρινιάρες μεν αλλά ωφελώντας την υγείας τους» εξηγούν οι ειδικοί.

Βέβαια οι ερευνητές σημειώνουν ότι η γκρίνια έχει και την κακή πτυχή της καθώς μπορεί να προκαλέσει αψιμαχίες και συναισθηματικό στρες.

Πάντως, σε ότι αφορά τις πιθανότητες των γυναικών να εκδηλώσουν διαβήτη, ο κίνδυνος μειωνόταν όταν εκείνες ζούσαν σε έναν ευτυχισμένο γάμο.

Μαίρη Μπιμπή

Πηγή: health.in.gr