

2 Ιανουαρίου 2023

Καρδιαγγειακές παθήσεις: Το τρίπτυχο που αυξάνει τον κίνδυνο πρόωρου θανάτου

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Εάν πάσχετε από καρδιαγγειακή νόσο, νεότερη μελέτη συνιστά να αποφεύγετε την κοινωνική απομόνωση, έτσι ώστε να παρατείνετε τη διάρκεια της ζωής σας



Bored tired sad mature middle-aged man depressed lonely having no visitors of his children. Divorce , bachelor , health p

Ακόμα έναν σημαντικό λόγο για να καταπολεμήσουν τη μοναξιά όσοι πάσχουν από καρδιαγγειακές παθήσεις δίνει νεότερη μελέτη. Σύμφωνα με τα στοιχεία που προέκυψαν, το αίσθημα της μοναξιάς, η κοινωνική απομόνωση, και η μοναχική διαβίωση μπορούν να ανακόψουν τα χρόνια της ζωής αυτών των ασθενών.

Το συγκεκριμένο μοτίβο διαβίωσης αυξάνει δηλαδή τις πιθανότητες πρόωρου θανάτου.

«Οι κοινωνικοί παράγοντες υγείας, όπως η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση, έχουν κεντρίσει τελευταία το ερευνητικό ενδιαφέρον και είναι πραγματικά

σημαντικό να τους αναλογιστούμε στο πλαίσιο της καρδιαγγειακής υγείας» τονίζει η Δρ. Róisín Long, κλινική ψυχολόγος και υποψήφια διδάκτωρ στο Πανεπιστήμιο του Limerick στην Ιρλανδία.

«Αυτό που δεν ήταν σαφές είναι σε ποιο βαθμό επηρεάζουν τη διάρκεια της ζωής των καρδιοπαθών, από τη στιγμή που έχουν διαγνωστεί με καρδιαγγειακή νόσο. Η ανασκόπησή μας διαπίστωσε ότι καθένας από αυτούς τους παράγοντες είναι εξαιρετικά σημαντικό να ληφθεί υπόψη στην αντιμετώπιση των καρδιαγγειακών παθήσεων, καθώς τα αυξημένα επίπεδα μοναξιάς, κοινωνικής απομόνωσης και μοναχικής διαβίωσης φαίνεται να οδηγούν σε πρόωρο θάνατο» επισημαίνει.

Η εξήγηση πίσω από αυτό το φαινόμενο έχει διαφορετικές πτυχές, σύμφωνα με την ψυχολόγο, καθώς τόσο οι ισχυροί κοινωνικοί δεσμοί αλλά και ο τρόπος που ανταποκρίνεται κάθε άτομο στο στρες μπορούν να επηρεάσουν την επιβάρυνση.

Άλλωστε, έχει αποδειχθεί από προγενέστερη μελέτη ότι η μοναχική διαβίωση αυξάνει κατά 40% τις πιθανότητες εκδήλωσης της κατάθλιψης.

Για την έρευνα, που δημοσιεύτηκε στο Psychosomatic Medicine, η ερευνητική ομάδα αξιολόγησε 35 μελέτες που πραγματοποιήθηκαν στην Ευρώπη, τη Βόρεια Αμερική και την Ασία επί πολλές δεκαετίες.

Οι επιπτώσεις της μοναχικής διαβίωσης φάνηκαν ισχυρότερες στις ευρωπαϊκές χώρες. Αυτό μπορεί να αντικατοπτρίζει τον μεγάλο αριθμό ανθρώπων που ζουν μόνοι σε μέρη της Ευρώπης, σύμφωνα με τη μελέτη. Αξίζει να σημειωθεί ότι πράγματι σχεδόν 1 στους 3 ενήλικες στις δυτικές κοινωνίες κατοικεί μόνος του, είτε λόγω , είτε λόγω χωρισμού, διαζυγίου ή χηρείας είτε γιατί δε σύναψαν ποτέ μια σοβαρή σχέση ή γάμο.

«Ενώ ενισχύονται τα στοιχεία σχετικά με τις αρνητικές επιπτώσεις της μοναξιάς στη δημόσια υγεία, η μελέτη επισημαίνει την ανάγκη για αυστηρή έρευνα στον τομέα αυτό σε μεγαλύτερο εύρος γεωγραφικών περιοχών» καταλήγει η μελέτη.

Πηγή: ygeiamou.gr