

## **Πένθος: Η χηρεία αυξάνει κατά 70% τον κίνδυνο θανάτου - Η κρίσιμη ηλικία - Το ευάλωτο φύλο**

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



PHOTO: SHUTTERSTOCK

Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο -και ενισχύεται διαρκώς με πλειάδα νέων στοιχείων- ότι το αποτύπωμα από την απώλεια του συζύγου εκτείνεται πέρα από το βάθος της θλίψης και της μοναξιάς, φτάνοντας σε μηχανισμούς που εμπλέκονται στη εύρυθμη λειτουργία του οργανισμού. Το «φαινόμενο της χηρείας» ή ευρύτερα γνωστό ως «σύνδρομο ραγισμένης καρδιάς» που συνοδεύει ενίοτε το πένθος, έχει ενοχοποιηθεί ως βασικός παράγοντας καρδιαγγειακού κινδύνου και δύναμη που επιταχύνει την εκδήλωση άνοιας.

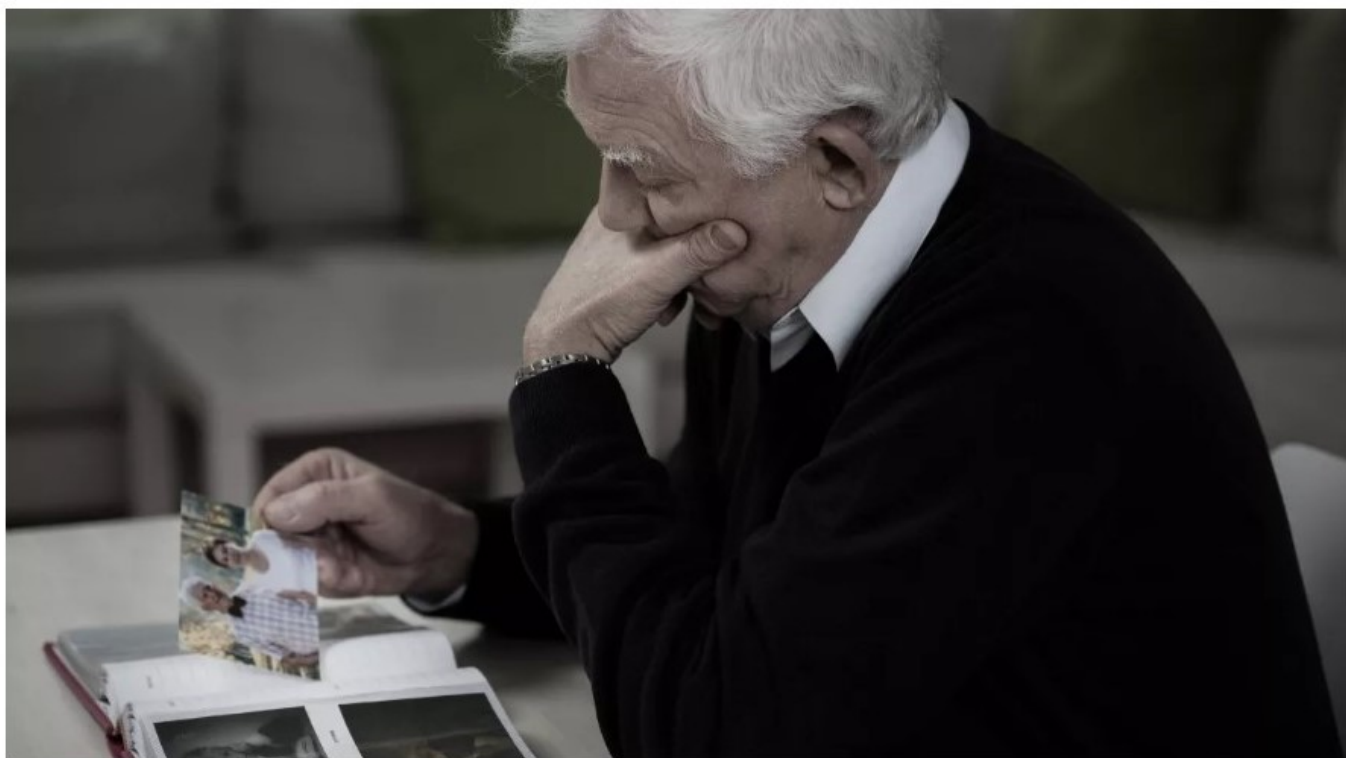


PHOTO: SHUTTERSTOCK

Οι επιπτώσεις εντούτοις της απώλειας δεν είναι κοινές, με κάποιους να πλήττονται δυσανάλογα πολύ. Την εξήγηση πίσω από αυτό όπως και τις ευάλωτες ομάδες επιχειρεί να αναδείξει σε άρθρο του ο Δρ Sebastian Ocklenburg, καθηγητής ερευνητικής μεθοδολογίας στην ψυχολογία στο Τμήμα Ψυχολογίας της Ιατρικής Σχολής MSH (Αμβούργο, Γερμανία).

Ο ρόλος του φύλου και οι κρίσιμες ηλικίες

Σύμφωνα με την υπόθεση του «φαινομένου της χηρείας», όταν ο/η σύζυγος φεύγει από τη ζωή, αυξάνονται για του εν ζωή συζύγους οι πιθανότητες θανάτου συγκριτικά με τους συνομηλικούς τους. Η υπόθεση στηρίζεται στην εξαιρετικά στρεσογόνο επίδραση από το γεγονός της απώλειας στους συντρόφους με συνέπεια τη σημαντική επιβάρυνση της υγείας.

Μελέτη που δημοσιεύτηκε στο PLOS ONE με επικεφαλής τον Έλληνα ερευνητή Αλέξανδρο Κατσιφέρη από το Τμήμα Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου της Κοπεγχάγης, διερεύνησε την εμπλοκή του βιολογικού φύλου στη βαρύτητα του φαινομένου της χηρείας μέσα από τα στοιχεία περί την ιδιωτική δαπάνη υγειονομικής περίθαλψης σε περισσότερα από 900.000 άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών, σε χηρεία ή μη, ώστε η σύγκριση να αναδείξει αν η απώλεια συζύγου συνδέεται με αύξηση των προβλημάτων υγείας και των πιθανοτήτων θανάτου.

Συνολικά, περίπου το 8,4% των συμμετεχόντων βίωσαν την απώλεια του/της

συζύγου τους με το 65,8% γυναίκες, γεγονός που αντικατοπτρίζει ότι, κατά μέσο όρο, οι άνδρες πεθαίνουν νωρίτερα από τις γυναίκες. Οι άνδρες αποδείχθηκαν κατεξοχήν ευάλωτη ομάδα και ως προς τη δαπάνη υγείας, η οποία αυξήθηκε κατά 42€ εβδομαδιαίως (διάμεση τιμή) μετά το θάνατο της συζύγου, ενώ η αντίστοιχη αύξηση στις γυναίκες κυμάνθηκε στα 35€. Άρα, συνήγαγαν οι ερευνητές, η χηρεία θα σημάνει περισσότερα προβλήματα υγείας για τους άνδρες.

Ως προς την ηλικία, διαπιστώθηκε ότι:

στην ομάδα 65 έως 69 ετών, οι άνδρες είχαν 70% μεγαλύτερες πιθανότητες να αποβιώσουν κατά το πρώτο έτος από την απώλεια της συζύγου τους, ενώ για τις γυναίκες που χήρεψαν το αντίστοιχο ποσοστό ήταν μόλις 27%

το παραπάνω μοτίβο με το «ασθενές» ανδρικό φύλο διατηρήθηκε σε όλες τις άλλες ηλικιακές ομάδες της μελέτης (70 - 74, 75 - 79, 80 - 84, άνω των 85 ετών), αλλά τα συνολικά ποσοστά μειώνονταν με την αύξηση της ηλικίας.

Πιθανή εξήγηση

Συνολικά οι άνδρες ηλικίας 65 έως 69 ετών επηρεάζονται περισσότερο από το φαινόμενο της χηρείας, οι κίνδυνοι από το οποίο παραμένουν υψηλοί για πολύ μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από ό,τι στις γυναίκες.

Κατά τις υποθέσεις τις ερευνητικής ομάδας, τα αποτελέσματα αντανακλούν τα αυξημένα προβλήματα των ανδρών να επιστρέψουν σε μια φυσιολογική, λειτουργική κατάσταση μετά την απώλεια της συζύγου τους ενώ οι γυναίκες αποδεικνύονται πιο ανθεκτικές στο στρες του θανάτου, επιστρατεύοντας ισχυρότερους ψυχολογικούς μηχανισμούς αντιμετώπισης για να επιστρέψουν σε μια φυσιολογική ζωή.

Αφενός τα ευρήματα έρχονται σε αντιδιαστολή με άλλες μελέτες που έχουν ομάδα χαρακτηρίσει τις γυναίκες ως ομάδα υψηλού καρδιαγγειακού κινδύνου από την απώλεια του συντρόφου, αφετέρου δε επιβεβαιώνουν από την αντίστροφη πλευρά τα αυξημένα οφέλη που αποκομίζουν οι άνδρες από τον έγγαμο βίο. Σύμφωνα με το σχετικό άρθρο στο [ygeiamou.gr](http://ygeiamou.gr), ο γάμος μπορεί να εξασφαλίσει δύο περίπου επιπλέον χρόνια ζωής στους άνδρες επί το πλείστον, χάρη στις πιο υγιεινές συνήθειες όπως σωστότερη διατροφή ή ελάττωση του καπνίσματος και αλκοόλ που θα τους βοηθήσουν να υιοθετήσουν οι σύζυγοί τους, έστω και αν η αντίστοιχη μέριμνα από τους άνδρες για την ευεξία της συζύγου είναι μικρότερη ή απουσιάζει εντελώς.

**Πηγή:** [ygeiamou.gr](http://ygeiamou.gr)