

Η κοινωνική απομόνωση των ηλικιωμένων συντελεί στον πρόωρο θάνατο

/ Εί



Όπως και η

μοναξιά

Οι λιγοστές κοινωνικές επαφές ενδεχομένως να συντελούν σε πρόωρο θάνατο των ηλικιωμένων ατόμων, ακόμη και στις περιπτώσεις που έχουν επιλέξει να ζουν μοναχικά, σύμφωνα με βρετανική μελέτη που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο [**Proceedings of the National Academy of Sciences \(PNAS\)**](#).

Αντιθέτως, η ενθάρρυνση των κοινωνικών σχέσεων και επαφών, δηλαδή η καταπολέμηση της κοινωνικής απομόνωσης, μπορεί να αυξήσει το προσδόκιμο ζωής.

Οι ερευνητές του ερευνητή του [**Τμήματος Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου του Λονδίνου**](#), με επικεφαλής τον Δρ Άντριου Στεπτόου μελέτησαν 6.500 άνδρες και γυναίκες ηλικίας άνω των 52 ετών. Αξιολόγησαν, για μια χρονική περίοδο επτά ετών, τον κίνδυνο θανάτου αυτών των ατόμων σε σχέση με την ψυχική κατάστασή τους και τις συνθήκες ζωής τους.

Διαπίστωσαν λοιπόν, ότι οι ηλικιωμένοι που είναι κοινωνικά απομονωμένοι, έχουν 26% αυξημένο κίνδυνο πρόωρου θανάτου συγκριτικά με τους συνομηλίκους τους που έχουν πλούσια κοινωνική ζωή.

Οι επιστήμονες εκτιμούν ότι ο κίνδυνος αυτός απορρέει από το γεγονός ότι όταν ένας ηλικιωμένος ζει απομονωμένος, δεν έχει κάποιον να φροντίσει για τη σωστή διατροφή του, για να πάρει το φάρμακό του ή για να τον βοηθήσει σε μια

επείγουσα περίπτωση. [περισσότερα...](#)