

Το άγχος αυξάνει τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου



Άνδρες και γυναίκες με σοβαρά

συμπτώματα άγχους διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου από τα άτομα που είναι πιο ήρεμα, σύμφωνα με νέα έρευνα που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο Stroke.

Το εγκεφαλικό επεισόδιο είναι από τις κύριες αιτίες θανάτου, αλλά ελάχιστες μελέτες έχουν εξετάσει τους ψυχολογικούς παράγοντες, πέραν της κατάθλιψης ή της ψυχολογικής δυσφορίας, και πως αυτοί επηρεάζουν τον ατομικό κίνδυνο.

Ερευνητές από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου του Πίτσμπουργκ, με επικεφαλής την Δρ Μάγια Λαμπιας, επισημαίνουν ωστόσο ότι, το άγχος έχει συσχετιστεί με αυξημένες πιθανότητες χρήση αλκοόλ, καπνού ή σωματικής νωθρότητας, γνωστοί παράγοντες κινδύνου για εγκεφαλικό επεισόδιο.

Για να μελετήσουν την σχέση μεταξύ άγχους και εγκεφαλικού επεισοδίου, οι ερευνητές ανέλυσαν στοιχεία από 6.019 άνδρες και γυναίκες που είχαν εγγραφεί στη μελέτη First National Health and Nutrition Examination Survey (1971-1975) και τους έθεσαν υπό ιατρική παρακολούθηση για 16 χρόνια.

Οι συμμετέχοντες είχαν ερωτηθεί αρχικά για την παρουσία και τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων του άγχους, ενώ τα εγκεφαλικά επεισόδια είχαν εντοπιστεί από νοσοκομειακά αρχεία και πιστοποιητικά θανάτου.

Συνολικά, καταγράφηκαν 419 εγκεφαλικά επεισόδια κατά τη διάρκεια της μελέτης, αλλά ο κίνδυνος εγκεφαλικού επεισοδίου ήταν υψηλότερος για όσους ανέφεραν

περισσότερα συμπτώματα άγχους, περιλαμβανομένης της έντονης ανησυχίας και νευρικότητας, κατά την αρχική συνέντευξη.

Το άγχος συσχετίστηκε με 14% μεγαλύτερο κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου, συγκριτικά με άτομα που δεν ήταν αγχωμένα. Αλλά ο κίνδυνος αυξανόταν παράλληλα με τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων άγχους, έκαστου ασθενή.

Η σχέση μεταξύ άγχους και κινδύνου εγκεφαλικού επεισοδίου εξακολουθούσε να υφίσταται ακόμη και όταν οι ερευνητές συνεκτίμησαν άλλους παράγοντες που επηρεάζουν την καρδιαγγειακή υγείας, όπως η χρήση αλκοόλ, η σωματική δραστηριότητα και το κάπνισμα. Μετά και από αυτή την παραμετροποίηση, οι άνδρες και οι γυναίκες με τα υψηλότερα επίπεδα άγχους, είχαν 33% περισσότερες πιθανότητες να υποστούν εγκεφαλικό επεισόδιο, συγκριτικά με τα άτομα που είχαν τα λιγότερα συμπτώματα άγχους.

Ομοίως, η σχέση μεταξύ συμπτωμάτων άγχους και εγκεφαλικού επεισοδίου ίσχυε όταν οι επιστήμονες συνυπολόγισαν και την ηλικία του κάθε συμμετέχοντα, το φύλο και τα συμπτώματα κατάθλιψης.

Αν και δεν ανέλυσαν τη σχέση μεταξύ άγχους και εγκεφαλικού επεισοδίου, οι ερευνητές εικάζουν ότι πολλαπλοί παράγοντες παίζουν ρόλο. Σ' αυτούς περιλαμβάνονται ανθυγιεινές συμπεριφορές όπως και η υπερενεργοποίηση του παρασυμπαθητικού νευρικού συστήματος, που ελέγχει μεταξύ άλλων την έκκριση των ορμονών του άγχους.

Πηγές: health.in.gr- ikypros.com