

## Εναλλακτική διάγνωση Πρόγνωση του καρδιαγγειακού κινδύνου δια χειραψίας



Οντάριο, Καναδάς

Η χειραψία μπορεί να αποκαλύψει στοιχεία για την υγεία του ατόμου, υποστηρίζουν канаδοί ερευνητές που απέδειξαν ότι μέσω της δύναμης που βάζει κάποιος στην παλάμη του για να χαιρετίσει κάποιον άλλον μπορεί να προβλεφθεί ο κίνδυνος για έμφραγμα, εγκεφαλικό επεισόδιο και άλλα προβλήματα υγείας.

Σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιεύονται στο επιστημονικό έντυπο The Lancet, ερευνητές από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Μακ Μαστερ, με επικεφαλής τον επίκουρο καθηγητή Καρδιολογίας Ντάριλ Λεόνγκ, μελέτησαν στοιχεία για περίπου 140.000 άτομα 35-70 ετών, για μια περίοδο τεσσάρων ετών, σε 17 χώρες.

Η μυική δύναμη της χειραψίας μετρήθηκε με ειδικό δυναμόμετρο, το οποίο υπολογίζει τη δύναμη που ασκείται, όταν ένας άνθρωπος πιέζει ένα αντικείμενο, όσο περισσότερο μπορεί με το χέρι του.

Η ανάλυση έδειξε πως για κάθε μείωση της δύναμης της χειραψίας κατά πέντε κιλά, υπάρχει μια αύξηση κατά 16% του κινδύνου πρόωρου θανάτου από οποιαδήποτε αιτία. Ενώ κατά 17% ήταν αυξημένος ο κίνδυνος θανάτου από καρδιαγγειακά αίτια.

Η συσχέτιση της μειωμένης δύναμης της χειραψίας με τον αυξημένο κίνδυνο προβλημάτων υγείας ίσχυε ανεξάρτητα από άλλους παράγοντες, όπως η ηλικία, το

φύλο, το μορφωτικό επίπεδο, το επάγγελμα, η σωματική δραστηριότητα, το κάπνισμα, το σωματικό βάρος κ.α.

Σύμφωνα με τους ερευνητές, η δύναμη μιας χειραψίας που προδίδει υγιή οργανισμό, είναι καλύτερος προγνωστικός δείκτης ακόμη και από την αρτηριακή πίεση.

«Η χειραψία μπορεί να αποτελέσει ένα εύκολο και φθηνό τεστ για να αξιολογήσει κανείς τον κίνδυνο θανάτου ενός ανθρώπου, ιδίως από καρδιαγγειακά αίτια», επισημαίνει ο Δρ Λεόνγκ.

Επιμέλεια: Μαίρη Μπιμπή

**Πηγή:** [health.in.gr](http://health.in.gr), ΑΠΕ-ΜΠΕ