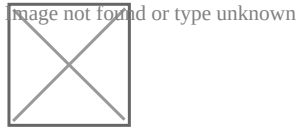


Γιατί αυξάνονται τα εγκεφαλικά στους νεότερους ανθρώπους;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι ειδικοί αποδίδουν την αύξηση των εγκεφαλικών επεισοδίων σε άτομα κάτω των 55 χρόνων, στην αυξημένη χοληστερίνη και την παχυσαρκία.

ύμφωνα με έρευνες στην Αμερική, τη Νορβηγία, την Γαλλία και άλλες προηγμένες χώρες, όλο και περισσότεροι άνθρωποι παθαίνουν εγκεφαλικό σε ηλικία μικρότερη των 55 ετών. Η αυξημένη πίεση, η χοληστερίνη, ο διαβήτης και η παχυσαρκία είναι ανάμεσα στους κύριους υπεύθυνους που εξηγούν την εν λόγω αύξηση.

Πιο συγκεκριμένα, έρευνες δείχνουν ότι το ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο είναι εκείνο που έχει την μεγαλύτερη αύξηση και αφορά στην διακοπή της παροχής αίματος στον εγκέφαλο.

Λιγότερο συνήθη είναι τα αιμορραγικά εγκεφαλικά επεισόδια που προκαλούνται από την «έκρηξη» των αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο.

Τι φταίει;

Οι μελέτες καταδεικνύουν ως κύριους υπαίτιους την κακή διατροφή και την καθιστική ζωή.

Γιατί είναι πιο επικίνδυνο το εγκεφαλικό στις μικρότερες ηλικίες

Ενώ οι νέοι ενήλικες συνέρχονται σε βάθος χρόνου μετά το εγκεφαλικό, συγκριτικά με τους μεγαλύτερους ενήλικες που αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα έχουν μεγαλύτερους μεσοπρόθεσμους κινδύνους. Καθώς ο ανθρώπινος εγκέφαλος συρρικνώνεται με το πέρασ των ετών και την ηλικία, ένα νεαρό άτομο έχει λιγότερο διαθέσιμο χώρο για να χωρέσει ουσιαστικά στο κρανίο του το πρήξιμο του εγκεφάλου που ακολουθεί ένα εγκεφαλικό επεισόδιο. Αυτό σημαίνει ότι το χειρουργείο που απαιτείται για την αποκατάσταση είναι πολύ πιο δύσκολο και επικίνδυνο. Όταν όμως αυτό το στάδιο παρέλθει, οι νεότεροι είναι σε καλύτερη μοίρα.

Η επιστημονική απάντηση στο πρόβλημα είναι κατά κύριο λόγο προληπτικού χαρακτήρα και συμπυκνώνεται στα εξής:

Καταναλώστε περισσότερα φρούτα και λαχανικά

Ασκηθείτε συστηματικά

Σταματήστε το κάπνισμα

Ελέγχετε συχνά την αρτηριακή σας πίεση

Μην κάνετε πειράματα με φάρμακα παρά ακολουθήστε πιστά τις οδηγίες του γιατρού που σας τα έχει χορηγήσει.

Μην ξεχνάτε: το εγκεφαλικό είναι σε πολύ μεγάλο ποσοστό προβλέψιμο!

Πηγή: clickatlife.gr