

# Εννέα στα δέκα εγκεφαλικά επεισόδια θα μπορούσαν να προληφθούν

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[1E72CBC197822E912AA978718666F084](#)

Τροποποιησιμοι οι παράγοντες κινδύνου

Χάμιλτον, Καναδάς

Τα εγκεφαλικά επεισόδια είναι βασική αιτία θανάτου και αναπηρίας, αλλά μεγάλο ποσοστό των περιστατικών θα μπορούσε να προληφθεί, υποστηρίζουν канаδοί ερευνητές σε άρθρο που δημοσίευσαν στο επιστημονικό έντυπο The Lancet.

Επιστημονική ομάδα του Πανεπιστημίου Μακ Μαστερ στο Χαμιλτον του Καναδά, με επικεφαλής τον επίκουρο καθηγητή Μαρτιν Ο' Ντόννελ, ανακάλυψε ότι 10 ελεγχόμενοι παράγοντες κινδύνου για την εκδήλωση εγκεφαλικού επεισοδίου εμπλέκονται στο 90% των εγκεφαλικών επεισοδίων, παγκοσμίως. Και η υπέρταση είναι ένας από τους σημαντικότερους αυτούς παράγοντες.

Οι επιστήμονες μελέτησαν στοιχεία που αφορούσαν σχεδόν 27.000 άτομα από κάθε επαρχία του Καναδά, έτσι ώστε να αντικατοπτρίζονται όλοι οι παράγοντες κινδύνου για εγκεφαλικό επεισόδιο σε όλες τις μεγάλες περιοχές του πλανήτη και σε αντιπροσωπευτικά δείγματα πληθυσμού.

Οι ειδικοί μελέτησαν την αναλογία των εγκεφαλικών επεισοδίων που είχαν προκληθεί από συγκεκριμένους παράγοντες για να καθορίσουν αν κάθε ένας εξ αυτών εξαφανιζόταν πώς θα μειωνόταν η επίδραση του εγκεφαλικού επεισοδίου.

Η εξάλειψη της υπέρταση υπολόγισαν ότι θα μείωνε τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου κατά σχεδόν 48%.

Επίσης, η εξάλειψη της καθιστικής ζωής θα συντελούσε σε μείωση κατά 36%, της κακής διατροφής σε 23% μείωση, της παχυσαρκίας σε 19%, του καπνίσματος σε 12% μείωση του κινδύνου, των καρδιακών αιτίων σε 9%, του διαβήτη σε 4%, του αλκοόλ σε 6% μείωση, του άγχους επίσης σε 6% μείωση του κινδύνου εγκεφαλικού επεισοδίου και των λιπιδίων του αίματος σε 27% μείωση.

Η συνδυαστική μείωση όλων αυτών των 10 παραγόντων κινδύνου αναλογούσε στο 90,7% των περιπτώσεων, σε όλες τις γεωγραφικές περιοχές του πλανήτη, τις ηλικιακές ομάδες, σε άνδρες και γυναίκες.

Ωστόσο, οι επιστήμονες σημειώνουν ότι η σημασία των διαφόρων παραγόντων κινδύνου διαφέρει από περιοχή σε περιοχή του πλανήτη. Για παράδειγμα, η υπέρταση προκαλεί το 39% των εγκεφαλικών επεισοδίων στην Βόρεια Αμερική, την Αυστραλία και την Δυτική Ευρώπη, και το 60% στην Νοτιοανατολική Ασία.

«Η μελέτη φιλοδοξούμε να συντελέσει στον σχεδιασμό πληθυσμιακών παρεμβάσεων για τη μείωση των εγκεφαλικών επεισοδίων, ανάλογα με τις ανάγκες κάθε γεωγραφικής περιοχής» σχολιάζει ο Δρ Σαλιμ Γιουσούφ καθηγητής Ιατρικής και διευθύνων σύμβουλος του Ερευνητικού Ινστιτούτου Πληθυσμιακής Υγείας στο Πανεπιστήμιο Μακ Μάστερ και συν-επικεφαλής της επιστημονικής ομάδας.

Μαίρη Μπιμπή

Πηγή: [health.in.gr](http://health.in.gr)