

## الوحدة المؤقتة تسبب الخرف



إعداد: محمد عز الدين

كشف باحثون أمريكيون في جامعة بنسلفانيا، أن الوحدة المؤقتة، وحتى فقدان الاتصال العابر بالآخرين يؤثران في الصحة الجسدية والنفسية، ما يسبب الاكتئاب، وأمراض القلب، والسكتات الدماغية، والخرف.

وقال د. داكوتا ويتزل، الأستاذ في الجامعة، والباحث الرئيس للدراسة: «إذا استطعنا فهم الاختلافات في الوحدة اليومية، فيمكننا البدء في فهم كيفية تأثيرها في الصحة اليومية وطويلة الأجل، لأن الشعور بالوحدة على المدى الطويل، هو عامل خطر صحي معروف».

وتابع: «إن الوحدة، هي أزمة صحية عامة، وأشار إلى ارتفاع معدلات الاكتئاب ومشكلات الصحة العقلية الأخرى المرتبطة بالوحدة، فضلاً عن ارتفاع خطر الإصابة بأمراض القلب بنسبة 29 ٪، وزيادة خطر الإصابة بالسكتة الدماغية بنسبة 32 ٪، وزيادة خطر الإصابة بالخرف بنسبة 50 ٪ لدى كبار السن».

وحلل الباحثون بيانات 1538 مشاركاً في الدراسة، في منتصف العمر، وأجروا معهم مقابلات هاتفية، وتتبعوا تقلباتهم العاطفية اليومية على مدى ثمانية أيام، كما تتبعوا أيضاً أي مشكلات صحية جسدية قد يواجهونها.

وخلصت النتائج إلى أنه كلما شعر الشخص بالوحدة في يوم معين، قل احتمال تعرضه لأعراض جسدية يومية مثل

التعب، أو الصداع، وفي حال ظهور مثل هذه الأعراض، فإنها تكون أقل حدة في يوم الشعور بالوحدة المنخفضة مقارنة باليوم الذي كان يشعر فيه الشخص بالوحدة.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.