

تغییر ساعت، خطر بروز سکته را افزایش می دهد!

طبق یک مطالعه جدید، تغییر ساعت در ابتدای فصل بهار ممکن است باعث افزایش ریسک بروز سکته در افراد مستعد به سکته شود.



طبق یک مطالعه جدید، تغییر ساعت در ابتدای فصل بهار ممکن است باعث افزایش ریسک بروز سکته در افراد مستعد به سکته شود.

به گزارش جام جم آنلاین، محققان فنلاندی با بررسی داده های مربوط به سکته در طول یک دهه گذشته دریافتند میزان بروز سکته در طول دو روز بعد از تغییر ساعت که ممکن است عقب یا جلو کشیده شده باشد، روند نسبتاً افزایشی داشته است البته محققان این میزان افزایش را تنها ۸ درصد اعلام کرده اند.

دکتر «جوری روسکانن»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «همواره رابطه آشکاری بین اختلال در ریتم شبانه روزی بدن و ریسک بروز سکته وجود داشته است. ریتم شبانه روزی به تغییر فرایندهای بیولوژیکی بدن در طول ۲۴ ساعت اشاره دارد که عمدتاً در واکنش به نور و تاریکی است.»

دکتر اندرو لیم، متخصص اعصاب در مرکز علوم سلامت سانی بروک کانادا هم معتقد است که تغییر ساعت سالانه در اکثر کشورها می تواند بر افزایش ریسک بروز سکته تاثیر داشته باشد.

به گفته وی، با ایجاد اختلال در خواب، ممکن است تغییراتی هم در فرایندهای بیولوژیکی حفاظتی بدن اتفاق بیفتد.

در این مطالعه، تیم روسکانن به بررسی اعداد و ارقام مربوط به بروز سکته بین سال های ۲۰۰۴ تا ۲۰۱۳ در کشور فنلاند پرداختند سپس آنها تنها ۳۰۰ فرد بستری شده در بیمارستان به خاطر حمله قلبی در طول هفته بعد از تغییر ساعت را بررسی نموده و آنها را با ۱۲۰۰۰ فردی که دو هفته قبل یا بعد از تغییر ساعت سکته کرده بودند، مقایسه کردند.

در مجموع محققان دریافتند که بروز سکته در طول دو روز اول بعد از تغییر ساعت ۸ درصد بالاتر بود.

به نظر می رسد افراد بالای ۶۵ سال و افراد مبتلا به سرطان بیشتر در معرض این خطر قرار دارند.

تغییر ساعت تابستانی یا صرفه جویی در زمان نور روز (DST) در بیشتر کشورها با نام ساعت تابستانی نامیده می شود. این تغییر معمولاً در ابتدای بهار هر سال انجام و در پاییز نیز به حالت عادی بازگردانده می شود.

منبع: مهر