



فشار خون بالا و عدم تحرک؛ ۲ فاکتور اصلی بروز سکته

مطالعات نشان می دهد بروز سکته عمدتاً ناشی از فشار خون بالا و عدم تحرک بدنی است.

مطالعات نشان می دهد بروز سکته عمدتاً ناشی از فشار خون بالا و عدم تحرک بدنی است.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان دانشگاه مک مستر کانادا می گویند بزرگ ترین فاکتور پرخطر سکته، فشار خون بالا در پی نداشتن فعالیت بدنی است.

این مطالعه نشان می دهد فشار خون بالا، تنها فاکتور پرخطر اصلی بروز سکته است که با مصرف دارو قابل پیشگیری است.

سکته ناشی از جریان ضعیف خون به سوی مغز منجر به مرگ سلولی می شود که علت اصلی مرگ و ناتوانی، بخصوص در کشورهای کم درآمد و متوسط درآمد، است.

یافته ها نشان داد ۴۷.۹ درصد سکته ها ناشی از فشارخون بالاست، در حالیکه عدم فعالیت فیزیکی مسبب ۳۵.۸ درصد سکته هاست.

طبق یافته های این تحقیق، رژیم غذایی نامناسب و چاقی به ترتیب عامل بروز ۲۳.۲ درصد و ۱۸.۶ درصد سکته ها هستند. سیگار کشیدن عامل ۱۲.۴ درصد و بیماری های قلبی عامل ۹.۱ درصد بروز سکته ها هستند. همچنین دیابت منجر به ۳.۹ درصد، مصرف الکل ۵.۸ درصد، استرس ۵.۸ درصد و لیپیدها ۲۶.۸ درصد سکته ها را موجب می شوند.

این ۱۰ فاکتور در کنار هم عامل بروز ۹۰.۷ درصد موارد سکته هستند که به گفته محققان در تمامی مناطق و گروه های سنی و در مردان و زنان مشابه است.

تحقیقات نشان می دهد فشار خون بالا، اصلی ترین علت بروز سکته در آسیای جنوب شرقی (۵۹.۶ درصد) است درحالیکه در اروپای غربی، آمریکای شمالی و استرالیا علت ۳۸.۸ درصد سکته هاست. عدم تحرک بدنی اصلی ترین علت سکته در چین بشمار می آید.