



مطالعات نشان می دهد؛ استرس کودکی عامل بروز فشارخون در بزرگسالی است

طبق نتایج یک تحقیق جدید، دوره کودکی پر استرس ممکن است زمینه ساز بروز فشارخون بالا در برخی افراد در بزرگسالی باشد.

طبق نتایج یک تحقیق جدید، دوره کودکی پر استرس ممکن است زمینه ساز بروز فشارخون بالا در برخی افراد در بزرگسالی باشد.

به گزارش خبرنگار مهر، همچنین محققان دریافته اند داشتن والدین مبتلا به فشارخون بالا در سنین نسبتاً جوانی نیز موجب افزایش ریسک ابتلا به فشارخون بالا در کودک می شود.

به گفته محققان، در مطالعه اول کودکان قرار گرفته در معرض استرس بسیار در معرض مشکلات تنظیم کننده فشارخون در سنین بالاتر قرار داشتند.

شائویانگ سو، استادیار دانشگاه آگوستا جورجیا، در این باره می گوید: «در افراد گروه که فاقد استرس در سنین پایین بودند، میانگین سطح فشارخون دیاستولیک در حدود ۶۰ است. اما افرادی که در محیطی پر استرس قرار دارند، ممکن است میزان فشارخون شان تا ۶۵ برسد که این اختلاف بسیار قابل توجه است.»

فشارخون دیاستولیک عدد پایینی و فشارخون سیستولیک، عدد بالایی است.

محققین همچنین دریافته اند اگر والدین قبل از سن ۵۵ سال مبتلا به فشارخون شوند، احتمال ابتلا فرزند به فشارخون بالا نیز بیشتر است.

به گفته محققان می توان با مواردی نظیر تغذیه سالم، ورزش، ترک سیگار، ترک الکل و کاهش میزان استرس فعلی بر عوارض استرس دوره کودکی فائق آمد.