

**خشم واقعا شما را می‌کشد**

خشم و سایر عواطف شدید ممکن است در برخی از افراد آسیب‌پذیر باعث اختلالات بالقوه مرگبار ریتم قلب شود. به گزارش خبرگزاری رویترز بررسی‌های قبلی نشان داده بود که زمین‌لرزه، جنگ یا حتی باختن یک مسابقه جام جهانی ممکن است میزان مرگ و میر ناشی از ایست ناگهانی قلبی را افزایش دهد.

[نشانه‌های هشداردهنده ایست ناگهانی قلبی]

دکتر راشل لامپرت از دانشگاه بیل در نیوهیون در کانتیکت آمریکا که بررسی او در این باره در شماره جدید Journal of the American College of Cardiology منتشر شده است، گفت: "بررسی ما نشان می‌دهد که چگونه خشم بر سیستم الکتریکی قلب اثر می‌گذارد."

او و همکارانش 62 بیمار دچار بیماری قلبی و و دارای "شوکه‌دهنده قلبی کاشته‌شده در بدن" یا ICD بودند، را مورد بررسی قرار دادند. ICD می‌تواند ریتم‌های خطرناک قلب و آریتمی‌ها را شناسایی کند و شوک‌های الکتریکی ایجاد کند تا ضربان‌های قلب طبیعی را به حالت طبیعی بازگرداند.

لامپرت گفت: "افراد مورد بررسی ما آنهایی بودند که از قبل معلوم بود که به آریتمی آسیب‌پذیر هستند." بیماران در این بررسی، در یک تمرین شرکت کردند که در آن واقعه‌ای عصبانی‌کننده را که اخیراً برای‌شان روی داده بود، به یاد می‌آوردند، و در همین حال گروه لامپرت آزمایشی به نام T-Wave Alternans را انجام می‌دادند که ناپایداری الکتریکی در قلب را اندازه می‌گیرد.

لامپرت گفت که گروه تحقیقاتی به طور خاص سوالاتی از این افراد می‌پرسیدند تا واقعه عصبانی‌کننده برای این افراد دوباره زنده شود. او گفت: "ما در شرایط آزمایشگاهی دریافتیم که خشم ناپایداری الکتریکی را در قلب این بیماران افزایش می‌دهد." این پژوهشگران در مرحله بعد، بیماران را برای سه سال دنبال کردند تا ببینند کدام بیماران بعدها دچار ایست قلبی می‌شوند و نیاز به شوک دادن با ICD دارند.

او افزود: "افرادی که بالاترین میزان ناپایداری الکتریکی ناشی از خشم را داشتند، 10 بار با احتمال بیشتر نسبت به افراد دیگر، در دوره پیگیری دچار آریتمی (اختلال ریتم قلب) شدند."

لامپرت گفت که این بررسی بیانگر آن است که خشک ممکن است مرگبار باشد، دست کم برای افرادی که از پیش به این نوع اختلال الکتریکی در قلب مستعد هستند.

او گفت: "بررسی ما بیانگر آن است که خشم به طور واقعی بر سیستم الکتریکی قلب به شیوه‌ای بسیار اختصاصی اثر می‌گذارد و ممکن است به مرگ ناگهانی منجر شود."

البته لامپرت می‌گوید نباید نتایج این بررسی به افراد دارای قلب طبیعی تعمیم داد. او گفت: "نحوه اثر خشم و استرس بر افرادی که قلب‌شان طبیعی است، احتمالاً بسیار متفاوت با نحوه اثر آن بر قلبی است که ناهنجاری ساختمانی دارد."

لامپرت، در حال حاضر در حال انجام بررسی‌هایی است تا متوجه شود آیا کلاس‌های کنترل خشم می‌تواند خطر اختلال ریتم قلب را در این گروه بیماران در معرض خطر کاهش دهد یا نه.

مرگ ناگهانی قلبی هر سال باعث مرگ 400000 آمریکایی می‌شود.

همشهری آنلاین