

ازدواج برای قلب خانمها خوب است



یک پژوهش جدید در آمریکا نشان می‌دهد ازدواج ممکن است خطر بیماری قلبی را در زنان کاهش دهد، اما مردانی که در سنین خیلی پایین ازدواج کنند، ممکن است در معرض خطر بیشتر دچار شدن به التهاب مزمن باشند...

سلامت نیوز: یک پژوهش جدید در آمریکا نشان می‌دهد ازدواج ممکن است خطر بیماری قلبی را در زنان کاهش دهد، اما مردانی که در سنین خیلی پایین ازدواج کنند، ممکن است در معرض خطر بیشتر دچار شدن به التهاب مزمن باشند...

پژوهشگران می‌گویند گرچه این نتایج مقدماتی است، اما به پژوهشگران دیدی عمیق درباره رابطه ازدواج و سلامت می‌دهد. این بررسی نشان داد زنانی که ازدواج بدون طلاق یا بیوه شدن داشته‌اند، کمتر در معرض عوامل خطر ساز برای بیماری قلبی- عروقی مانند فشارخون بالا قرار دارند.

بر اساس این بررسی، ازدواج در مردان اثر حفاظتی از لحاظ سلامت قلب ندارد و برعکس مردانی که در سنین پایین ازدواج کرده‌اند، با احتمال بیشتری نشانه‌های هشداردهنده

التهاب مزمن را در سنین بعدی بروز می‌دهند. التهاب یک جزو اساسی روند ترمیم است، اما نوع مزمن اش ممکن است آسیب‌رسان باشد. در هر حال این پژوهشگران می‌گویند ازدواج یک نقطه عطف است که بر ادامه زندگی افراد یا حداقل بخش بزرگی از زندگی آنها تاثیر می‌گذارد.

کدام بیشتر نفع می‌برند: مردان یا زنان؟

پژوهش‌های پیشین درباره ازدواج و سلامت نشان داده‌اند ازدواج برای سلامت مردان مفید است، اما تاثیری بر سلامت زنان ندارد. این نتایج ممکن است تا حدی به این علت باشد که زنان نسبت به مردان بیشتر مراقب سلامت خود هستند، بیشتر به پزشک مراجعه می‌کنند و نقش یادآوری کردن به شوهرانشان برای مراجعه به پزشک را نیز به عهده می‌گیرند. برای مثال یک بررسی در سال 2011 نشان داد مردان متأهلی که به علت حمله قلبی تحت درمان هستند، زودتر از همدردیشان بهبود پیدا می‌کنند، اما چنین تفاوتی در میان زنان متأهل و مجرد دیده نمی‌شود.

پژوهشگران در توضیح تفاوت یافته‌های این بررسی جدید با بررسی‌های پیشین، می‌گویند: ««؛ اغلب بررسی‌های پیشین درباره رابطه میان ازدواج و سلامت یا بر مبنای گزارش شخصی افراد از سلامتشان بوده‌اند که ممکن است غیرقابل اعتماد باشند، یا سوابق کلی مرگ و میر را ملاک قرار داده‌اند که علت ارتباط میان ازدواج و سلامت و مرگ را روشن نمی‌کند.»

بنابراین در این بررسی تازه، ارزیابی‌ها بر اساس عوامل خطر ساز زیستی یا نشانه‌هایی که ممکن است بیانگر اختلال سلامت افراد باشد، انجام شده است. پژوهشگران با استفاده از داده‌های ««؛ طرح ملی سالمندی و بهداشت اجتماعی» سابقه ازدواج و عوامل خطر ساز در سلامت 528 زن و 524 مرد 57 تا 75 ساله را بررسی کردند.

پژوهشگران برای ارزیابی سلامت افراد عوامل خطر سازی مانند فشارخون، سرعت ضربان قلب در حال استراحت و دور کمر را بررسی کردند. آنها همچنین عوامل خطر ساز متابولیک (مربوط به سوخت‌وساز) که افراد را در معرض خطر ابتلا به دیابت نوع 2 قرار می‌دادند، بررسی کردند. آنها در نهایت اندازه‌گیری ««؛ پروتئین واکنشی C» را که در خون یافت می‌شود و بیانگر التهاب است، انجام دادند.

زیست‌شناسی ازدواج

نتایج نشان داد هرچه طول زندگی مشترک بیشتر شود، در زنان عوامل خطر ساز بیماری‌های قلبی- عروقی کمتر می‌شود. البته این اثر چندان شدید نیست، به طوری که به ازای هر 10 سال ازدواج مداوم، 13 درصد خطر بیماری‌های قلبی- عروقی در زنان کاهش پیدا می‌کند. اما هنگامی که پیوند ازدواج از هم گسیخته شود، آثار زیانباری بر سلامت ایجاد می‌شود. این بررسی نشان داد زنانی که ازدواج بادوامی داشتند، نسبت به زنانی که دو مرحله طلاق یا بیوه‌شدن را تجربه کرده‌اند، 40 درصد کمتر در معرض عوامل خطر ساز متابولیک قرار دارند.

پژوهش‌های پیشین درباره طلاق نشان داده است جدایی زن و شوهر به سلامت آنها آسیب می‌رساند. یک بررسی در سال 2009 نشان داد افراد طلاق‌گرفته نسبت به افراد متاهل 20 درصد بیشتر در معرض مشکلات بهداشتی مزمن قرار دارند. اما این بررسی جدید برخلاف یافته‌های پژوهش‌های پیشین، هیچ اثر محافظتی ناشی از ازدواج را در مردان نشان نداد. علت این وضعیت احتمالاً این است که این بررسی روی افراد در سنین بالا انجام شده بود و امید به زندگی (میانگین طول عمر) در مردان کمتر از زنان است. احتمالاً مردان با کمترین میزان سلامت در گروه، پیش از وارد شدن در این بررسی فوت کرده بودند و در نتیجه نتایج به این صورت درآمده است.

یافته‌ها همچنین ثابت می‌کند ازدواج در سنین خیلی پایین ممکن است برای مردان خوب نباشد. در این بررسی هنگامی که سن ازدواج در مردان از 17 سال به 23 سال می‌رسید، احتمال دچار شدن آنها به التهاب مزمن تا 30 درصد کاهش می‌یافت.

به گفته پژوهشگران، وقتی مردی در 17 سالگی ازدواج می‌کند، احتمالاً تحصیلات پایین‌تری خواهد داشت که این موضوع با خطر زیست‌شناختی بالاتر بیماری قلبی همراهی دارد. این نگاه زیست‌شناختی به جامعه‌شناسی ازدواج هنوز در مراحل اولیه است و عوامل دخیل بسیار دیگری هم در این زمینه وجود دارند که باید شناسایی شوند. مثلاً از آنجا که مردان زودتر از زنان می‌میرند، یک مرد ناسالم ممکن است بتواند همسری پیدا کند، در حالی که یک زن سالمند ناسالم بخت کمتری برای یافتن همسر دارد. این نسبت جنسیتی نامتعادل در سنین بالا نه تنها بر ازدواج‌ها تاثیر می‌گذارد، بلکه باعث می‌شود زنان مجبور شوند بیشتر نقش پرستاری از همسرشان را به عهده بگیرند و این موضوع ممکن است بر سلامت آنها تاثیر بگذارد. تحقیقات قبلی نشان داده‌اند مراقبت طولانی‌مدت از همسر بیمار به خصوص در میان سالمندان با پیامدهای منفی برای سلامت همراهی دارد.

منبع: هفته نامه سلامت