



قلبی قوی داشته باشید؛ 14 سال بیشتر عمر کنید

تحقیقات علمی جدید نشان می دهد افراد در صورت داشتن قلبی قوی، می توانند 14 سال بیشتر عمر کنند.

تحقیقات علمی جدید نشان می دهد افراد در صورت داشتن قلبی قوی، می توانند 14 سال بیشتر عمر کنند.

به گزارش خبرنگار اجتماعی فارس به نقل از نشریه "Journal of the American Medical Association"، محققان دانشگاه نورث وسترن آمریکا در تحقیقات خود به اطلاعات جدید و جالب توجهی درباره افراد برخوردار از سلامت خوب خصوصا قلب قوی و سالم و تاثیر آن بر عمر آنها دست یافتند.

این تحقیقات نشان داد: عمر فرضی افراد برخوردار از قلب قوی، سالم و عاری از بیماری در میانسالی - نسبت به افرادی که از یک یا دو بیماری قلبی و عروقی مثل فشار خون بالای مزمن، بیماری عروق کرونر، نارسایی قلبی و سکته قلبی رنج می برند- چه بسا 14 سال افزایش می یابد.

این تحقیقات حاکی است: افراد برخوردار از سلامتی و قلبی سالم و قوی در میانسالی اکثرا با احتمال کمتر ابتلا به بیماریهای قلبی در سنین بالاتر روبرو هستند و احتمال ابتلای مردان به بیماریهای قلبی به طور کلی در مقایسه با زنان بیشتر است.

محققان از طریق تحقیقات روی شیوه زندگی شماری از افراد دارای سنین مختلف 45، 55، 65 و 95 به این نتایج دست یافتند.