

## خطرناک ترین نوع چاقی را بشناسید

چاقی شکمی (چاقی سیبی شکل) می تواند زمینه ساز بروز بسیاری از بیماری ها از جمله بیماری های قلبی- عروقی باشد.



سلامت نیوز: چاقی شکمی (چاقی سیبی شکل) می تواند زمینه ساز بروز بسیاری از بیماری ها از جمله بیماری های قلبی- عروقی باشد.

بر اساس تحقیقات انجام شده در دانشگاه تگزاس با بزرگ شدن شکم و افزایش نسبت دور کمر به دور باسن بروز نشانه های بیماری قلبی- عروقی شدت می یابد. این امر تایید کننده مطالعات پیشین است که نشان دادند چاقی شکمی و نه چاقی عمومی بدن، یکی از عوامل خطر ساز در بروز بیماری های قلبی است.

بررسی 2744 نفر نشان داد که اندازه دور کمر 81 سانتی متر برای زنان و 94 سانتی متر برای مردان صرف نظر از قد بیانگر افزایش جدی خطر بروز بیماری های گوناگون به ویژه بیماری های قلبی- عروقی است.

نتایج مطالعه اخیر حاکی از این بود که سخت و سفت شدن رگ ها (تصلب شرایین) که با بروز بیماری های قلبی- عروقی ارتباط دارد در افرادی که شکم بزرگ دارند، بیشتر دیده می شود.

نکته مهم این بود که محققان دریافتند حتی اگر وزن بدن در محدوده طبیعی باقی بماند، افزایش دور کمر خطر صدمه به شریان ها را افزایش می دهد. در ضمن احتمال رسوب کلسیم در افرادی که نسبت دور کمر آنها به دور باسن شان بیشتر است، دو برابر کسانی است که این نسبت در آنها کمتر است.