

**غر زدن عمر را کوتاه می کند!**

محققان در این مطالعه متوجه شدند که بسیاری از مردان تنها به همسر خود اعتماد می کنند و مشکلات را با وی در میان می گذارند که او نیز به نوبه خود بر غم و اندوه آنها می افزاید.



محققان در این مطالعه متوجه شدند که بسیاری از مردان تنها به همسر خود اعتماد می کنند و مشکلات را با وی در میان می گذارند که او نیز به نوبه خود بر غم و اندوه آنها می افزاید. یک مطالعه نشان می دهد که غر زدن همسران و تقاضاهای بیش از اندازه آنها خطر مرگ هردو آنها را در میانسالی دو برابر افزایش می دهد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا، محققان دانمارکی در مطالعه ای متوجه شده اند که درخواست های بیش از اندازه شریک زندگی، فامیل و یا افرادی که در نزدیکی انسان زندگی می کنند خطر مرگ انسان را در میان سالگی دو برابر افزایش می دهد.

به گفته محققان، تنش ناشی از بحث و جدل ها و یا نگرانی دائمی منجر به ابتلا به بیماری قلبی، کاهش عملکرد سیستم ایمنی بدن و سایر مشکلات سلامتی می شود.

همچنین به نظر می رسد که این خطر در مورد مردان بیشتر از زنان است زیرا مردان بر خلاف زنان مشکلات خود را با دوستان و یا خانواده در جریان نمی گذارند.

محققان در این مطالعه متوجه شدند که بسیاری از مردان تنها به همسر خود اعتماد می کنند و مشکلات را با وی در میان می گذارند که او نیز به نوبه خود بر غم و اندوه آنها می افزاید.

در این مطالعه دکتر پیکو لوند و همکارانش از دانشگاه کوبنهاگ در دانمارک 9 هزار و 875 مرد و زن 36 تا 52 ساله را برای مدت 11 سال مورد پیگیری قرار دادند.

در طول این مطالعه 196 نفر از افراد مورد مطالعه به دلیل ابتلا به بیماری قلبی، سرطان، بیماری کبد و خودکشی جان خود را از دست دادند.

محققان سپس از با استفاده از فرمول ریاضی احتمال مرگ مردان و زنان را بر اساس تعداد دفعاتی که افراد مورد مطالعه بحث و جدل خود را با همسران، خانواده و یا دوستان گزارش داده بودند و یا تحت نق زدن آنها قرار گرفته بودند، محاسبه کردند.

این مطالعه نشان داد: مردانی که اعلام کرده بودند با تقاضاهای بسیاری از جانب همسر، خانواده و یا دوستان خود مواجه می شوند خطر مرگ آنها در مقایسه با زنانی که در همان رده قرار داشتند 34 درصد بیشتر بود.

این مطالعه که در مجله Epidemiology and Community Health منتشر شده است تنش را عامل اصلی مرگ های زودهنگام اعلام کرده است زیرا تنش موجب افزایش فشار خون و ابتلا به بیماری قلبی می شود.