

نگرانی مزمن، زمینه‌ساز مرگ زودرس

محققان دانشگاه پوردو آمریکا دریافته‌اند که ویژگی‌های شخصیتی همراه با استرس و نگرانی مزمن می‌تواند به مرگ زودرس منجر شود چرا که این افراد بیشتر احتمال دارد به رفتارهای پرخطر مضر برای سلامتی چون سیگار کشیدن و نوشیدن الکل روی بیاورند.



محققان دانشگاه پوردو آمریکا دریافته‌اند که ویژگی‌های شخصیتی همراه با استرس و نگرانی مزمن می‌تواند به مرگ زودرس منجر شود چرا که این افراد بیشتر احتمال دارد به رفتارهای پرخطر مضر برای سلامتی چون سیگار کشیدن و نوشیدن الکل روی بیاورند.

به گزارش سرویس پژوهشی ایسنا منطقه دانشگاه علوم پزشکی تهران، افرادی که مدام مضطرب و نگران و مستعد ابتلا به افسردگی هستند، بیش از دیگران احتمال دارد سیگار بکشند یا الکل بنوشند یا به مواد مخدر روی بیاورند.

در این پژوهش محققان در باره نحوه ارتباط سیگار کشیدن یا نوشیدن الکل با ویژگی‌های شخصیتی مطالعه کرده‌اند. این افراد به اصطلاح نورووتیک هستند و دانشمندان دریافته‌اند که علت مرگ 25 تا 40 درصد این افراد سیگار کشیدن است و علت مرگ 60 درصد باقی مانده هم می‌تواند عوامل زیست شناختی یا محیطی باشد که افراد نورووتیک تجربه می‌کنند.

محققان که داده‌های مربوط به سیگار کشیدن هزار و 788 مرد و ویژگی‌های شخصیتی آنها را طی یک دوره 30 ساله بررسی کرده‌اند معتقدند که می‌توان با شناسایی ویژگی‌های شخصیتی افراد، میزان خطر ابتلای آنها به بیماری‌ها و خطر مرگ زودرس را پیش بینی کرد و به آنها درباره انجام رفتارهای پر خطر چون سیگار کشیدن، نوشیدن الکل و استفاده از مواد مخدر هشدار داده و برای پیشگیری از انجام این رفتارها تدابیر مناسبی اتخاذ کرد.