



استرس‌های اجتماعی استخوان‌ها را شکننده می‌کند

دانشمندان آمریکایی در بررسی‌های خود نشان دادند که محرک‌های استرس زای اجتماعی نه تنها موجب ناراحتی روحی مردم می‌شوند...

دانشمندان آمریکایی در بررسی‌های خود نشان دادند که محرک‌های استرس زای اجتماعی نه تنها موجب ناراحتی روحی مردم می‌شوند، بلکه می‌توانند استخوان‌ها را ضعیف و شکننده کرده، موجب ورم مفاصل شده و صدماتی را به قلب وارد کنند. به گزارش خبرگزاری مهر، محققان دانشگاه کالیفرنیا در لس‌آنجلس تاثیرات رفتارهای ناهنجار و استرس‌زا شامل محرومیت‌های اجتماعی، عیب‌جویی و دشنام‌گویی را بر روی بدن انسان مورد مطالعه قرار دادند و دریافتند که این رفتارهای نامناسب نه تنها موجب آزرده‌گی و ناراحتی روح می‌شوند بلکه اثرات مخربی نیز بر روی بدن دارند. این محققان برای رسیدن به این نتایج برای گروهی متشکل از 124 داوطلب یک سری تست را تجویز کردند و در آنها عمداً این گروه را مورد محرومیت و توهین قرار دادند. سپس این دانشمندان سطوح دو نشانگر زیستی ویژه مربوط به فرایند التهابی استخوان‌ها و شریانی این داوطلبان را کنترل کردند و نشان دادند که این محرومیت‌ها در توسعه بیماری‌هایی مثل ورم مفاصل و مشکلات قلبی عروقی نقش مهمی ایفا می‌کنند. جورج اسلاویچ، سرپرست این تیم تحقیقاتی توضیح داد: "کشف این مکانیزم روحی می‌تواند به درک بهتر مکانیزم‌های بسیاری از بیماری‌ها و ارائه درمان‌های مناسب‌تر کمک کند." براساس گزارش PhysOrg، به گفته این دانشمند، استرس ناشی از مصاحبه برای استخدام در یک شغل، شرکت در جلسات مهم و یا نگرانی پیش از انجام یک سخنرانی همگی از جمله محرک‌های استرس زای اجتماعی هستند که می‌توانند سیستم ایمنی بدن را ضعیف کنند. ضعف سیستم ایمنی منجر به افزایش فعالیت‌های التهابی بدن و بروز بسیاری از اختلالات به ویژه بیماری‌های فوق می‌شود.