

## Αυξημένος κίνδυνος πρόωρου θανάτου, αν η



Οι

άνθρωποι που έχουν υψηλή καρδιακή συχνότητα -μεγάλο αριθμό καρδιακών παλμών- σε φάση ηρεμίας αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο πρόωρου θανάτου από οποιαδήποτε αιτία, ακόμη κι αν δεν έχουν τους συνηθισμένους παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου, σύμφωνα με μια νέα κινεζική επιστημονική έρευνα.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον δρ Ντονγκφένγκ Ζανγκ του Ιατρικού Κολεγίου του Πανεπιστημίου Τσινγκντάο της Σαντόνγκ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό του Καναδικού Ιατρικού Συλλόγου «Canadian Medical Association Journal», μελέτησαν (μετα-ανάλυση) 46 δημοσιευμένες έρευνες, που συνολικά αφορούσαν περίπου 1,24 εκατ. ασθενείς και 78.400 θανάτους.

«Η συσχέτιση της καρδιακής συχνότητας σε φάση ηρεμίας με τον κίνδυνο θανάτου είναι ανεξάρτητη από τους παραδοσιακούς παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου, πράγμα που σημαίνει πως η συχνότητα των καρδιακών παλμών σε φάση ηρεμίας συνιστά δείκτη πρόβλεψης της θνησιμότητας στον γενικό πληθυσμό» υποστηρίζουν οι Κινέζοι επιστήμονες.

Μέχρι σήμερα, τα υπάρχοντα στοιχεία για τη σχέση ανάμεσα στην ταχυκαρδία σε

φάση ηρεμίας και στον κίνδυνο θανάτου δεν είχαν οδηγήσει σε οριστικά συμπεράσματα. Η νέα μετα-ανάλυση κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ο κίνδυνος θνησιμότητας από οποιαδήποτε αιτία αυξάνεται κατά 9% για κάθε 10 παραπάνω παλμούς της καρδιάς ανά λεπτό σε φάση ηρεμίας.

Οι άνθρωποι με περισσότερους από 80 παλμούς ανά λεπτό έχουν κατά μέσο όρο 45% μεγαλύτερο κίνδυνο πρόωρου θανάτου σε σχέση με όσους έχουν 60 έως 80 παλμούς (για τους τελευταίους ο αυξημένος κίνδυνος είναι της τάξεως του 21%). Ο κίνδυνος αυξάνεται περισσότερο, όταν η ταχυκαρδία σε φάση ηρεμίας ξεπερνά τους 90 παλμούς ανά λεπτό. Παρ' όλα αυτά, οι ερευνητές υπογραμμίζουν ότι, αν και συγκριτικά αυξημένος, ο απόλυτος κίνδυνος παραμένει μικρός.

«Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι η αυξημένη καρδιακή συχνότητα συνιστά δείκτη κακής υγείας. Τα ευρήματά μας δείχνουν ότι οι άνθρωποι θα πρέπει να δίνουν μεγαλύτερη προσοχή στη συχνότητα των καρδιακών παλμών τους σε φάση ηρεμίας και πρέπει να ασκούνται σωματικά περισσότερο ώστε να τη μειώσουν» δήλωσε ο δρ Ζανγκ.

Οι ερευνητές τόνισαν την ανάγκη να αναπτυχθεί ένας αλγόριθμος, που θα λαμβάνει υπ' όψιν του τόσο την καρδιακή συχνότητα σε φάση ηρεμίας όσο και τυχόν άλλους καρδιαγγειακούς παράγοντες κινδύνου, προκειμένου να βοηθήσει τους γιατρούς κατά την κλινική αξιολόγηση των ασθενών.

**Πηγή:** [ikypros.com](http://ikypros.com)