

Ο θυμός και η επιθετικότητα καταστρέφουν την καρδιά των ανδρών

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Shutterstock

Το πόσο επηρεάζουν οι κρίσεις θυμού και επιθετικότητας τη λειτουργία της καρδιάς μας, ανέλυσαν οι επιστήμονες στη Βοστώνη και διαπίστωσαν ότι οι άνδρες που έχουν πολλά τέτοια ξεσπάσματα, κινδυνεύουν περισσότερο από τις γυναίκες να πάθουν κάποιο καρδιακό ή εγκεφαλικό επεισόδιο.

Στη μελέτη έλαβαν μέρος 1.769 άνδρες και 1.913 γυναίκες με μέσο όρο ηλικίας τα 49 έτη. Οι ειδικοί παρακολούθησαν αυτόν τον πληθυσμό για 10 συνεχή έτη και εξέτασαν αναλυτικά τη σχέση μεταξύ ψυχολογικών παραγόντων, όπως οι εξάρσεις θυμού και η επιθετικότητα, με την ανωμαλία της καρδιακής λειτουργίας καθώς και του κινδύνου θανάτου.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης, οι άνδρες που είχαν πολλά ξεσπάσματα θυμού εμφάνιζαν 10% περισσότερες πιθανότητες να πάθουν κολπική μαρμαρυγή. Επίσης, είχαν 20% περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από οποιαδήποτε αιτία. Επιπλέον, οι άνδρες που είχαν έντονη επιθετικότητα εμφάνιζαν 30% περισσότερες πιθανότητες για κολπική μαρμαρυγή.

Αντίθετα, οι γυναίκες με εξάρσεις θυμού ή έντονη επιθετικότητα δεν είχαν ανάλογο κίνδυνο. Οι επιστήμονες επεσήμαναν, ότι αυτό δεν σημαίνει βέβαια απαραίτητα ότι οι ψυχολογικές αρνητικές διακυμάνσεις δεν επηρεάζουν την λειτουργία της καρδιάς τους. Ωστόσο, οι γυναίκες, όπως ανέφεραν οι ερευνητές, είναι γενικά πιο εξισορροπημένες και δεν καταφεύγουν συνήθως σε οργή και θυμό για να αντιμετωπίσουν μια κατάσταση.

Τόνισαν όμως ότι οι άνδρες πρέπει να μάθουν να χειρίζονται καλύτερα τις όποιες καταστάσεις τους προκαλούν εξάρσεις θυμού και επιθετικότητας. Πρότειναν, μάλιστα, οι άνδρες οι παρουσιάζουν κολπική μαρμαρυγή να εξετάζονται από τους θεράποντες ιατρούς για να διαπιστωθεί αν έ

Πηγή: naftemporiki.gr