

انزوای اجتماعی خطر مرگ را افزایش می دهد

دانشمندان دریافته‌اند که انزوای اجتماعی خطر ابتلا به سرطان، بیماری های قلبی و مرگ را افزایش می دهد.

به گزارش گروه علم و فناوری ایسکانیوز، انزوای اجتماعی به معنای عدم احساس تعلق و احساس بی هویتی یا هویت محدود است. محققان انجمن سرطان آمریکا، بدون در نظر گرفتن نژاد و جنسیت افراد، تحقیقاتی بر حدود ۵۸۰ نفر که ۱۸۲ نفر شرکت کننده ها افرادی بالغ بودند، انجام دادند.

اگرچه دانشمندان به این نتیجه رسیدند که خطر مرگ ناشی از ابتلا به سرطان در زنان و مردان سفیدپوست که از نظر اجتماعی در انزوا هستند، بیش تر است؛ اما تحقیقات نشان می دهد که به طور کلی، خطر مرگ در سیاه پوستان منزوی اجتماعی نسبت به بقیه، دو برابر بیش تر است، بنابراین حل مشکل انزوای اجتماعی اهمیت زیادی دارد.

انزوای اجتماعی منجر به فشار خون بالا، التهاب، کشیدن سیگار، کاهش فعالیت بدنی و سایر خطرات مرتبط به سلامتی می شود؛ اما عواملی مانند ازدواج، شرکت منظم در مراسم مذهبی، فعالیت های اجتماعی، جلسات باشگاهی و فعالیت های گروهی همچنین تعداد دوستان نزدیک و خویشاوندان میزان مرگ و میر را در طول ۳۰ سال اخیر به شدت کاهش داده است.

پژوهش های گذشته، تنها انزوای اجتماعی را با خطر مرگ و میر در افراد سفید پوست مرتبط دانسته بودند؛ اما پژوهش اخیر با وجود این که نشان می دهد بین نژادهای مختلف در این مورد تفاوت هایی وجود دارد، اما خطرات ناشی از انزوای اجتماعی را به طور کل برای همه گروه های جنسیتی و نژادی بالا می داند. اگر این مسئله به طور ۱۰۰ درصد ثابت شود در آینده می توان با این فاکتور به راحتی مبارزه کرد.

پژوهشگران یافته های خود را در مجله منتشر کردند.

انتهای پیام/