

ازدواج خطر زوال عقل را کم می‌کند

مطالعات جدید پژوهشگران نشان می‌دهد، ازدواج می‌تواند تا حد زیادی از ابتلای به زوال عقل پیشگیری کند. زوال عقل یکی از مهمترین مشکلات بهداشت عمومی در جوامع امروزی است که هنوز درمان قطعی برای آن کشف نشده و مهمترین موضوع در این حوزه، پیشگیری است.

محققان طی مطالعاتی که روی جامعه آماری گسترده‌ای متشکل از یک میلیون نفر انجام دادند، دریافتند: داشتن رابطه عاطفی در قالب ازدواج می‌تواند خطر ابتلا به زوال عقل را تا ۴۲ درصد کاهش دهد. گفتنی است طی این مطالعه همچنین نتایج حاصل از ۱۵ پژوهش مرتبط نیز بررسی شد که طی سال‌های متمادی شرایط ادراکی و ذهنی ۸۰۰ هزار فرد مختلف در سه قاره جهان را مورد بررسی قرار داده بودند.

نتایج این مطالعات نشان داد: در مقایسه با افراد متاهل، افراد مجردی که هیچ‌گاه ازدواج نکرده‌اند حدود ۴۲ درصد بیشتر در معرض ابتلا به زوال عقل بودند. از سوی دیگر این خطر و احتمال ابتلا به زوال عقل در افرادی که همسرشان را از دست داده بودند ۲۰ درصد بیشتر بود. البته باید توجه داشت که طلاق با افزایش خطر زوال عقل مرتبط نبود. گفتنی است مطالعات جدیدتر که در این بررسی گنجانده شده است نشان می‌دهد که مزایای ازدواج در سلامت ادراک و قدرت ذهنی طی دهه اخیر حال کاهش است و هنوز دلیل این موضوع مشخص نیست.

به باور محققان، تأثیر محافظتی ازدواج می‌تواند به این دلیل باشد که زوجها به یکدیگر کمک می‌کنند تا زندگی سالم تری داشته باشند. برای نمونه افراد متاهل ممکن است بیشتر ورزش کنند، رژیم غذایی سالم تری داشته باشند و واکنش‌های مثبت اجتماعی بیشتری دریافت کنند. نویسندگان این مطالعه نتیجه می‌گیرند: مزایای متاهل بودن در زمینه کاهش خطر زوال عقل در افراد ازدواج کرده به روشنی دیده شده و این موضوع در افراد متاهل نسبت به افراد بیوه و مجرد مادام‌العمر با درصد اختلاف بالایی همراه است که معمولاً در بررسی‌های بالینی معمولی مورد توجه قرار نگرفته و تشخیص داده نمی‌شوند.



محققان توصیه می‌کنند: پیشگیری از زوال عقل در افراد مجرد باید بر آموزش و سلامت جسمانی متمرکز باشد و پزشکان و درمانگران این حوزه باید تأثیر احتمالی مشارکت اجتماعی را به عنوان یک عامل خطر قابل تعدیل در نظر بگیرد.

منبع: spring.org.uk