

ارتباط عجیب آلودگی هوا و افسردگی در زنان

17 بهمن 1403

آلودگی هوا ناشی از ترافیک به نظر می‌رسد که در زنان خطر افسردگی را افزایش می‌دهد. بر اساس مطالعه‌ای جدید که در ژانویه 2025 در نشریه Menopause منتشر شده، این آلودگی ممکن است با تحت تأثیر قرار دادن چرخه قاعدگی، باعث افزایش خطر افسردگی شود.

آلودگی هوا ناشی از ترافیک به نظر می‌رسد که در زنان خطر افسردگی را افزایش می‌دهد. بر اساس مطالعه‌ای جدید که در ژانویه 2025 در نشریه Menopause منتشر شده، این آلودگی ممکن است با تحت تأثیر قرار دادن چرخه قاعدگی، باعث افزایش خطر افسردگی شود.

به گزارش انتخاب و به نقل از هلث دی؛ در این مطالعه نشان داده شده که هرچه میزان تماس زنان با آلودگی ناشی از ترافیک بیشتر باشد، علائم افسردگی در آنها افزایش می‌یابد. دانشجوی دکترا، آونشه پان از دانشگاه واشنگتن، بیان کرده که آلودگی هوا می‌تواند باعث طولانی‌تر شدن چرخه قاعدگی زنان شود، و این چرخه‌های طولانی‌تر با سطوح افسردگی بالا مرتبط است.

تأثیرات این موضوع ممکن است در میان زنانی که در مناطق نزدیک به جاده‌های شلوغ و با درآمد کمتر زندگی می‌کنند شدیدتر باشد. این افراد در محله‌هایی زندگی می‌کنند که اغلب به بزرگراه‌ها نزدیک‌تر است و بنابراین، بیشتر در معرض این آلودگی‌ها قرار دارند.

برای انجام این تحقیق، محققان سلامت تقریباً 700 زن را در شمال کالیفرنیا بررسی کردند و میزان تماس آن‌ها با آلودگی ترافیک را با توجه به آدرس منزل و داده‌های ترافیکی ایالتی سنجیدند. نتایج نشان داد که زنان با تماس بیشتر با این آلودگی‌ها، افسردگی بیشتری را گزارش کرده‌اند.

آلودگی و برخی از آلاینده‌های موجود در دود خودروها می‌توانند ساختار شیمیایی مشابه هورمون استروژن را تقلید کنند و بر چرخه تولیدمثل زنان تأثیر بگذارند. این یافته‌ها با تحقیقات قبلی که آلودگی هوا را به افسردگی مرتبط دانسته‌اند، سازگار است.

همچنین، تحقیقات نشان داد که وضعیت اقتصادی-اجتماعی پایین‌تر با افزایش خطر افسردگی مرتبط است، در حالی که افراد با وضعیت اقتصادی-اجتماعی بالاتر کمتر در معرض این خطر قرار دارند.

این نتایج اهمیت توجه به عوامل محیطی مانند آلودگی ترافیک و تأثیرات آن بر سلامت روانی، به‌ویژه در میان زنان و در محله‌های کم‌درآمد و اقلیتی را نشان می‌دهد. کاهش آلودگی و تدوین سیاست‌هایی برای بهبود شرایط محیطی می‌تواند به سلامت روانی بیشتر کمک کند.