

قلق الأزواج يُؤثّر على صحتهم



أشارت دراسة حديثة إلى أنّ العلاقات العاطفية التي يشوبها التوتر والخلافات الزائدة تتسبب في تدمير الجهاز المناعي للإنسان بصورة تماثل تفشي الأمراض المزمنة بالجسم.

وقال الباحثون: "إنّ الأشخاص الذين يشعرون بقلق وتوتر شديدين بشأن علاقاتهم تنتج أجسامهم ما يقرب من 11% من هرمون الكورتيزول الذي يلعب دوراً مهماً في وظيفة كل جزء من أجزاء الجسم تقريباً، والوقوع تحت التوتر أو ضغط عصبي شديد يرفع مستوياته، فيؤثر بصورة سلبية على الصحة العامة للجسم".

وإختبر الباحثون الآثار الصحية للقلق على حوالي 85 شخصاً من الأزواج الذين تزوّجوا لمدة تصل لأكثر من 12 عاماً، وتمّ تصنيف الأشخاص الذين يعانون من القلق المفرط كفئة تعاني من خوف الرفض الاجتماعي.