

## نكد الحماة يدمر الدماغ



«قال باحثون بريطانيون: إنَّ النكد الذي تسببه الحماة هو واحد من الأسباب التي تؤدي إلى شيخوخة الدماغ.. ليس هذا فحسب، بل ويؤدي أيضاً إلى الإصابة بمرض الزهايمر لاحقاً».

وبحسب التقرير الذي نشرته صحيفة «تلغراف» البريطانية، حدد باحثون في كلية ويسكونسن للطب والصحة العامة في الولايات المتحدة 27 تجربة حياتية مجهدة تسبب ضغوطاً شديدة على الجسم البشري، وتسبب له مشكلات صحية طويلة الأمد.

وبالنسبة إلى البالغين وجدت الدراسة أنَّ اضطراب الشخص للتعامل مع حوادث مجهدة، مثل تحمُّل نكد الحماة، أو حتى فيضان المياه في المنزل، أو لدى اكتشاف خيانة شريك الحياة رجلاً كان أو امرأة، كلاهما عوامل تزيد من خطر الإصابة بمرض الخرف.

ووجدت الدراسة أيضاً أنَّ فقدان الشخص وظيفته أو وفاة أحد والديه أو أحد الزوجين، أو المعاناة طويلة المدى مع البطالة، أو التطوع للخدمة في الجيش، تخلف آثاراً سلبية على الصحة، قد تظهر نتائجها لاحقاً.

ونقل التقرير عن الدراسة أنَّ دماغ الطفل أو المراهق يتضرر على نحو خاص لدى الرسوب وتكرار سنة دراسية، أو عند التعرُّض للطرد من المدرسة، أو حتى النشوء في بيت به أمُّ أو أب يتعاطيان المخدرات أو الكحول.

وتشير الدراسة إلى أنَّ المرور بواحدة من هذه التجارب الحياتية المجهدة يعادل شيخوخة الدماغ 4 سنوات دفعة واحدة.

والأهم تأكيد العلماء أنّ تأثير تلك التجارب ربما يكون تراكمياً ، أي كلما تعرّض الشخص لحوادث وتجارب أكثر، كلما تعاظم الضرر المترتب عليها.

وربما كان للتناول الكوميدي لمنغصات الحياة ومعالجتها بشكل ساخر أثر مؤقت في التخفيف من مرارتها. ►