



در گیری‌های همسران به سلامت قلب لطمه می‌زند

مترجم: حامد کاظمی

اختلاف جزء جدایی ناپذیر هر رابطه‌ی معنی‌دار است، ولی مدیریت آن نه تنها برای سلامت رابطه و سلامت عاطفی افراد، بلکه حتی برای سلامت جسمی آنان نیز مهم است

است. به هریک از مجادلات امتیازهایی داده می‌شده که نشان می‌داد هر یک از دو طرف تا چه حد حالت دوستانه یا خصمانه و تا چه حد حالت کنترل‌کننده دارد. سپس پژوهشگران این امتیازات را با درجه‌ی کلسیفیکاسیون دیواره‌ی عروق کرونر، که توسط سی‌تی اسکن مورد بررسی قرار گرفته بود، مقایسه نمودند. اسمیت می‌گوید که زنانی که خصمانه رفتار می‌کنند، رسوب کلسیم بیشتری در عروق داشته و ریسک بالای تری‌رای برای حمله‌ی قلبی دارند. برای شوهرانی که حالت سلطه‌گرانه دارند ریسک انسداد شرایین در خود و همسران آنها بیشتر گزارش شده است. تنها گروهی از مردان که ریسک کمی داشتند، آنهایی بودند که نه خود و نه همسرانشان سلطه‌گر نبودند. به گفته‌ی اسمیت اگر جنگ قدرت در میان نباشد خطری آنها را تهدید نمی‌کند!

منبع:

Rauscher M (2006) Spousal spats may harm heart health. Reuters Health; Fri Mar 3, 2006

بحث و جدل زن و شوهرها بر سر مسایلی مانند پول، پدر و مادر طرف مقابل و فرزندان می‌تواند عاملی برای افزایش خطر بروز انسداد عروق کرونر و سخت شدن سرخرگ‌های قلب باشد.

در بررسی ۱۵۰ زوج، که بیشتر آنها در دهه‌ی ششم زندگی قرار داشتند، پژوهشگران دریافتند که زنانی که رفتارهای پرخاشگرانه دارند بیشتر در معرض خطر انسداد عروق هستند. به ویژه اگر شوهران آنان هم پرخاشگر باشند.

در مردان، پرخاشگری چه از سوی خود آنها چه از سوی همسر، به انسداد عروق ارتباط معناداری نداشت. در هر صورت مردانی که رفتاری کنترلی دارند (یا زانانشان چنین رفتاری دارند) بیشتر در معرض سخت شدن دیواره‌ی سرخرگ‌های قلبی قرار دارند. دکتر تیموتی اسمیت، روانشناس دانشگاه یوتا می‌گوید: این نشان می‌دهد که علاوه بر اثر مثبت ازدواج بر سلامتی، کیفیت زندگی مشترک نیز بر سلامت قلب مؤثر است.

اختلاف جزء جدایی ناپذیر هر رابطه‌ی معنی‌دار است، ولی مدیریت آن نه تنها برای سلامت رابطه و سلامت عاطفی افراد، بلکه حتی برای سلامت جسمی آنان نیز مهم است.

گروه تحت مدیریت دکتر اسمیت، زوجها را به آزمایشگاه آورده و آنها را دعوت می‌کردند تا در باره‌ی موضوعی که در آن اختلاف دارند بحث کنند. آنها در نظر گرفتند که رفتار آنها در آن موقعیت بازتابی از رفتار همیشگی آنهاست؛ با وجود آن که مجادله در مقابل دیگران، نمونه‌ی کوچکی از مجادله در حریم خصوصی