

## Can sıkıntısından ölebilirsiniz

Administrator tarafından yazıldı.  
Çarşamba, 10 Şubat 2010 02:45 -

---



Bilim adamları, insanların gerçekten "can sıkıntısından ölebileceğini" tespit ettiler.

Sıkıcı bir hayatları olan insanların erken ölme ihtimallerinin diğerlerine göre iki kat fazla olduğu belirlendi.

University College London'dan bilim adamları, hayatlarında çokça can sıkıntısı bulunan insanların kalp krizi veya felçten ölme riskinin, yaşamı eğlenceli bulanlardan daha fazla olduğunu bildirdiler.

Araştırma, 25 yıl boyunca takip edilen 7 bini aşkın devlet memuru üzerinde yapıldı. 35-55 yaş grubundaki memurlara sıkıntı seviyeleri soruldu ve geçen yıl Nisan ayında araştırmaya katılanlar arasında ölen olup olmadığına bakıldı. Deneklerden sıkıntılı olduğunu söyleyenlerin erken ölme riskinin yüzde 40 daha fazla olduğu ortaya çıktı.

Kadınlar, gençler ve kötü işlerde çalışanların can sıkıntısının daha fazla olduğu da belirlendi.

Bilim adamları, can sıkıntısı çekenlerin içki ve sigara gibi sağlığı olumsuz etkileyen alışkanlıklara yönelme olasılıklarının daha fazla olduğunu, bunun da ömürlerini kısaltabildiğini hatırlattılar.

## Can sıkıntısından ölebilirsiniz

Administrator tarafından yazıldı.  
Çarşamba, 10 Şubat 2010 02:45 -

---

International Journal of Epidemiology dergisinde yayımlanacak araştırmayı kaleme alan Martin Shipley, bulguların sıkıntıyla kalp hastalıkları arasında bağlantıyı ortaya koyduğunu söyledi.