دراسة حديثة: تقلبات ضغط الدم تسرع بشيخوخة الدماغ

كشفت دراسة حديثة أن التقلبات في ضغط الدم قد تؤدي إلى شيخوخة الدماغ بشكل أسرع.

وشملت الدراسة التي نُشرت في مجلة Neurology، وأجراها باحثون في المركز الطبي لجامعة راش وجامعة كاليفورنيا في ديفيس أن 4770 بالغًا فوق سن 65 عامًا شاركوا في الدراسة وكان 66%من المشاركين سود والبقية من المشاركين البيض.

وأشارت النتائج إلى أن التقلب في ضغط الدم وهو عامل خطر للمشاكل الإدراكية يتجاوز الآثار السلبية لارتفاع ضغط الدم نفسه.

وقالت الدكتورة أنيسا دانا، مؤلفة الدراسة، من جامعة راش في شيكاغو، إنه:"يجب مراقبة كبار السن بشكل روتيني ومستويات ضغط الدم لديهم وأي تغييرات بمرور الوقت، حتى نتمكن من تحديد الأشخاص الذين قد يعانون من هذه المشكلة والعمل على تخفيفها؛ ما قد يساعد في منع أو تأخير المشاكل الإدراكية".

وخضع المشاركون لاختبارات ضغط الدم في بداية الدراسة ثم كل ثلاث سنوات على مدى فترة متوسطة تبلغ 10 سنوات، كما خضعوا لاختبارات مهارات التفكير والذاكرة في البداية وأثناء زيارتهم الأخيرة.

وفي الدراسة، أظهر المشاركون السود تباينًا متوسطًا قدره 18 ملم زئبق في ضغط الدم الانقباضي، وهو الرقم الأعلى، بمرور الوقت، مقارنة بـ16 ملم زئبق للمشاركين البيض.

وقام الباحثون بتقسيم المشاركين إلى ثلاث مجموعات بناءً على مدى تغير ضغط الدم لديهم بمرور الوقت، وفي المشاركين السود، سجل أولئك الذين لديهم أعلى تباين في ضغط الدم درجات أقل في الاختبارات المعرفية مقارنة بأولئك الذين لديهم أقل تباين، وكان الفارق يعادل 2.8 سنة من الشيخوخة المعرفية.

وأيضًا، لم يُظهر المشاركون، الذين تناولوا أدوية ضغط الدم في بداية الدراسة، أي اختلاف في الدرجات في اختبارات التفكير.

وأضافت مؤلفة الدراسة:"مع تقدم مجتمعنا في السن وانتشار مرض الزهايمر، أصبح تحديد إستراتيجيات الوقاية لإبطاء تدهور المهارات الإدراكية لدى كبار السن أولوية للصحة العامة، كما أن إدارة ضغط الدم وتقلباته تظهر كعامل خطر أساسي يمكن تعديله".