دراسة حديثة: تعديل نمط الحياة يحد من الإصابة بأمراض القلب

اكدت دراسة حديثة أن "تعديل نمط الحياة يمكن أن يحد من الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، خاصة لدى الأفراد ذوي القابلية الوراثية العالية".

وسلطت الدراسة، التي نشرها موقع "نيوز ميديكال"، الضوء على التفاعل المعقد بين الاستعداد الوراثي واختيارات نمط الحياة في تحديد مخاطر أمراض القلب والأوعية الدموية بين الشباب.

وفي حين استقرت معدلات أمراض القلب والأوعية الدموية، أو انخفضت أخيرًا بين كبار السن، كان هناك ارتفاع مثير للقلق في الإصابة بتلك الأمراض بين الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 15 - 49 عامًا.

ويسلط هذا التحول الديموغرافي الضوء على الحاجة الملحة لمعالجة مشاكل صحة القلب والأوعية الدموية المبكرة، التي تتأثر بالعوامل الوراثية والبيئية.

وكان تقييم المخاطر الجينية من خلال درجات (PRS) المستمدة من دراسات الارتباط على مستوى الجينوم

غير ،الأوروبيين السكان لدى (CAD) التاجي الشريان مثل لأمراض التعرض بمدى التنبؤ في اً مفيد (GWAS) أن إمكانية تطبيق ذلك على سكان شرق آسيا لا تزال محدودة.

وركزت الدراسة، التي أجريت مع مشاركين من بنك كادوري الصيني للبيولوجيا، على تقييم كيفية تفاعل عوامل نمط الحياة مع الاستعداد الوراثي للتأثير في نتائج الأمراض القلبية الوعائية.

وضمت المجموعة أكثر من "100" ألف صيني بالغ تتراوح أعمارهم بين 30 - 79 عامًا، تم اختيارهم بناءً على ملفاتهم الجينية وغياب تاريخ الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية سابقة.