العزلة الاجتماعية تؤدي للموت المبكر أحذروها

توصّلت دراسات عديدة إلى وجود رابط بين العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة، وخطر الموت المبكر، وفقاً لما نقلت شبكة "سي إن إن" عن مجلة "Behavior Human Nature".

وبحسب الدراسة التي نشرتها المجلّة، كان الأشخاص الذين عانوا من العزلة الاجتماعية أكثر عرضة بنسبة 32 في المئة للوفاة باكراً لأي سبب مقارنة مع أولئك الذين لم يعيشوا العزلة الاجتماعية.

وكان المشاركون الذين أبلغوا عن شعورهم بالوحدة أكثر عرضة للوفاة باكراً بنسبة 14 في المئة مقارنة مع الأشخاص الذين لم يفعلوا ذلك.

وحددت الدراسة الجديدة العزلة الاجتماعية، بأنها عندما يعاني شخص ما من نقص موضوعي في الاتصال بأشخاص آخرين، ويمكن أن ينطوي الأمر على وجود شبكة محدودة حوله أو العيش بمفرده.

ومن ناحية أخرى، يُقصد بالوحدة الشعور بالضيق إذا كان هناك تناقض بين جودة العلاقات الاجتماعية وما

يطمح إليه الفرد، وفقًا لما ذكره التحليل التلوي.

وكان المشاركون الذين تم عزلهم اجتماعياً ولديهم إصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية أكثر عرضة للوفاة مبكراً من أولئك غير المصابين بالمرض. كما أن الأشخاص الذين يعيشون العزلة الاجتماعية ولديهم إصابة بسرطان الثدي، هم أكثر عرضة للوفاة بسبب المرض مقارنة بالأشخاص غير المعزولين اجتماعيا.

ورأى الخبراء أنّ عوامل عديدة قد تساهم في العزلة الاجتماعية التي يكون لها تأثير أقوى على مخاطر الوفاة المبكرة من الشعور بالوحدة.