

Samotność zabija szybciej od otyłości

17 lutego 2019

Szokujące badanie wykazało, że samotność może zagrażać naszemu życiu bardziej od otyłości, czyli jednej z najbardziej nagłościonych chorób cywilizacyjnych współczesnego świata. Statystyki mówią same za siebie – bycie singlem powoduje aż o 50% większą szansę na przedwczesny zgon. Dla porównania, otyłość zwiększa to ryzyko o 20% mniej.



Znamy wiele przykładów, w których izolacja społeczna może powodować u człowieka skrajnie złe samopoczucie. W więzieniach jedną z najcięższych kar jest pobyt w izolatce. Zauważono również, że niemowlęta, które z różnych powodów są trzymane z dala od kontaktu z ludźmi, mogą po prostu umrzeć.

Samotność to już prawie choroba, która, co gorsza, ciągnie za sobą poważne konsekwencje zdrowotne i to one właśnie doprowadzają do przedwczesnych zgonów. Niestety, pomimo postępów technologicznych, które mają ułatwiać nam kontakt między sobą, przeciętny człowiek staje się coraz bardziej samotny. Problem jest o tyle skomplikowany, że dotyczy osób, które w teorii posiadają przyjaciół i rodzinę.

Niedawne badania naukowe dowiodły, że około 75% seniorów z Wielkiej Brytanii cierpi z powodu samotności. Większość oczywiście nic o tym nie wspomina swoim bliskim, jednak statystyki ujawniają okrutną prawdę. To badania z Wielkiej Brytanii, jednak co mogłoby wyjść, gdyby podobne przeprowadzono w Polsce?

W dzisiejszych czasach zdrowie psychiczne to coraz poważniejszy problem, który niestety, nie zawsze jest w porę dostrzegany. Zdaniem specjalistów społeczeństwo powinno organizować więcej form pomocy dla osób samotnych. Taki stan może dotyczyć człowieka w każdym wieku, dlatego w sprawę musiałyby zaangażować się zarówno szkoły, jak i placówki medyczne dla osób dorosłych.

Zdjęcie: [czu_czu_PL](#) (CC0)

Źródło: [ZmianyNaZiemi.pl](#)