

Telefon komórkowy zwiększa ryzyko nadciśnienia tętniczego

22 czerwca 2023

Naukowcy z Chin doszli do wniosku, że osoby, które rozmawiają przez telefon komórkowy przez co najmniej 30 minut tygodniowo, są o 12 proc. bardziej narażone na nadciśnienie tętnicze niż te, które rozmawiają krócej. Najbardziej narażeni są ci, u których dodatkowo występuje obciążenie genetyczne. Jeśli wyniki tych badań się potwierdzą, odkrycie może mieć znaczenie w profilaktyce chorób naczyniowych.

„Częste rozmawianie przez telefon komórkowy pogarsza kondycję psychiczną i wywołuje zaburzenia snu, co może prowadzić do uszkodzenia naczyń krwionośnych i podwyższonego ciśnienia krwi” – wyjaśnia w komentarzu przesłanym agencji Newseria Innowacje prof. Xianhui Qin, kierownik badań ze szpitala Nanfang w Southern Medical University w Guangzhou. „Ponadto niektóre badania sugerują, że promieniowanie RF-EMF emitowane przez telefony komórkowe może mieć niekorzystne skutki na poziomie molekularnym i komórkowym, w tym uszkodzenia DNA, stres oksydacyjny i stany zapalne. Efekty te mogą się również przyczyniać do rozwoju nadciśnienia tętniczego. Mechanizmy biologiczne leżące u podstaw dodatniego związku między rozmowami przez telefon komórkowy a ryzykiem nadciśnienia tętniczego wymagają jednak dokładniejszego przeanalizowania”.

Naukowcy, bazując na danych zebranych z kwestionariuszy i na informacjach z brytyjskiego Biobanku, przeanalizowali związek między używaniem telefonu komórkowego do rozmów a nowo rozpoznany nadciśnieniem tętniczym. Brali pod uwagę takie parametry jak wiek, płeć, wskaźnik masy ciała, rasa, predyspozycje genetyczne do wystąpienia nadciśnienia, wykształcenie, palenie papierosów i poziom glukozy we krwi. W

badaniu wzięło udział ponad 212 tys. osób w wieku od 37 do 73 lat, które nie chorowały na nadciśnienie tętnicze.

Podczas okresu obserwacji, którego mediana wynosiła 12 lat, u 7 proc. badanych rozwinęło się nadciśnienie. Użytkownicy telefonów komórkowych byli o 7 proc. bardziej narażeni na wystąpienie choroby niż osoby, które ich nie używały. Wykazano też związek między czasem spędzonym na rozmowach telefonicznych a ryzykiem pojawienia się nadciśnienia tętniczego. Ci, którzy korzystali z telefonu do wykonywania i odbierania połączeń przez minimum 6 godz. tygodniowo, byli o 25 proc. bardziej narażeni na wzrost ciśnienia krwi w porównaniu do tych użytkowników, którzy rozmawiali przez telefon do 5 min tygodniowo.

Analiza wykazała ponadto, że prawdopodobieństwo wystąpienia nadciśnienia tętniczego było największe u osób z wysokim ryzykiem genetycznym, które spędzały co najmniej 30 min w ciągu tygodnia, rozmawiając przez telefon komórkowy. Było ono o 33 proc. wyższe niż u osób z niskim ryzykiem genetycznym, które na rozmowach spędzały mniej niż 30 min tygodniowo. Wyniki były podobne dla kobiet i mężczyzn. Oprócz tego okazało się, że korzystanie z zestawu głośnomówiącego nie miało wpływu na prawdopodobieństwo wystąpienia nadciśnienia tętniczego.

Wyniki badań chińskich naukowców mogą mieć istotne znaczenie dla ograniczenia rozmów z telefonów komórkowych w celu profilaktyki nadciśnienia tętniczego. Jak podkreśla prof. Xianhui Qin, zanim jednak możliwe będzie sformułowanie jakichkolwiek zaleceń klinicznych, trzeba przeprowadzić dalsze badania. „Po pierwsze, konieczne należy przeanalizować związek między rozmowami przez telefon komórkowy a ryzykiem wystąpienia innych chorób naczyniowych. Dla przykładu inne badanie wykazało, że dłuższe korzystanie z telefonu komórkowego w ciągu tygodnia, w celu wykonywania lub odbierania połączeń, było istotnie związane z wyższym ryzykiem wystąpienia nowego epizodu przewlekłej choroby nerek. Po drugie, konieczne są dodatkowe badania w celu zbadania

mechanizmów leżących u podstaw związku między rozmowami przez telefon komórkowy a chorobami naczyniowymi” – tłumaczy ekspert z Southern Medical University w Guangzhou.

Zdaniem naukowca przyszłe badania powinny się też skupić na zweryfikowaniu, czy ograniczenie rozmów przez telefon komórkowy pozwoliłoby zapobiec lub opóźnić wystąpienie nadciśnienia tętniczego w populacji wysokiego ryzyka. „Nadciśnienie tętnicze jest jednym z głównych, możliwych do uniknięcia czynników ryzyka chorób sercowo-naczyniowych i przedwczesnej śmierci na całym świecie. Globalna, standaryzowana pod względem wieku częstość występowania nadciśnienia wynosiła w 2015 roku 24,1 proc. wśród mężczyzn i 20,1 proc. wśród kobiet. Stąd też istnieje pilna potrzeba określenia większej liczby modyfikowalnych czynników w celu poprawy pierwotnej profilaktyki nadciśnienia tętniczego i zmniejszenia związanego z nim poważnego obciążenia chorobami” – ocenia prof. Xianhui Qin.

To nie pierwsze badania nad związkiem między korzystaniem z telefonów komórkowych a ryzykiem wzrostu ciśnienia krwi. Wyniki poprzednich badań były jednak niespójne, ponieważ brano w nich pod uwagę nie tylko rozmowy, ale też inne aktywności związane z używaniem telefonów komórkowych, takie jak gry, czat czy SMS-y.

Nadciśnienie tętnicze jest głównym czynnikiem ryzyka zawału serca i udaru oraz główną przyczyną przedwczesnej śmierci. Jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia, na tę chorobę cierpi prawie 1,3 mld osób w wieku od 30 do 79 lat. Jednocześnie z danych Międzynarodowego Związku Telekomunikacyjnego wynika, że w 2022 roku 3/4 światowej populacji w wieku minimum 10 lat posiada telefon komórkowy. Liczba użytkowników telefonów komórkowych jest większa niż użytkowników internetu.

Źródło: [Newseria.pl](https://www.newseria.pl)