

Większość Amerykanów ma zbyt stare serca

7 września 2015

W przypadku 75% dorosłych Amerykanów okazało się, że wiek serca jest wyższy niż ich wiek biologiczny. Osoby takie są narażone na zwiększone ryzyko udarów i chorób serca. „Twoje serce może być starsze niż ty. Tak jest w przypadku większości mieszkańców USA” – mówi doktor Thomas Frieden, dyrektor CDC (Centrum Chorób Zakaźnych i Prewencji), które opublikowało pierwsze badania tego typu obejmujące całą populację.

Ocena wieku serca została przeprowadzona na podstawie różnych czynników ryzyka, takich jak m.in. palenie papierosów, nadciśnienie czy otyłość. CDC wykorzystało dane ze wszystkich stanów oraz informacje z dużego, odbywającego się właśnie badania. Na tej podstawie eksperci stwierdzili, że 69 milionów Amerykanów w wieku 30-74 lat ma serce starsze niż wskazuje jego wiek biologiczny.

Studium ujawniło też duże różnice pomiędzy płciami czy pochodzeniem etnicznym. Średni wiek serca mężczyzny jest o 8 lat wyższy niż jego wiek biologiczny. W przypadku kobiety różnica wynosił 5 lat. Jeszcze większe różnice występowały pomiędzy rasami. Najgorzej wyglądała sytuacja w przypadku Afroamerykanów, dla których średni wiek serca był o 11 lat wyższy od wieku biologicznego zarówno dla kobiet jak i mężczyzn. Ponadto mieszkańcy stanów południowych mieli średnio starsze serca niż osoby mieszkające w innych stanach.

Największy odsetek osób o sercu starszym od wieku biologicznego o co najmniej 5 lat występuje w stanach Mississippi, Kentucky, Luizjana i Alabama. Z kolei najmniejszy – w Utah, Kolorado, Kalifornii, Massachusetts i na Hawajach. Doktor Frieden pociesza, że nigdy nie jest zbyt późno, by cofnąć zegar biologiczny serca. Wystarczy rzucić palenie czy

zadbać o prawidłowe ciśnienie.

Autorstwo: Mariusz Błoński

Na podstawie: ScientificAmerican.com

Źródło: KopalniaWiedzy.pl