

النفافة تزيد خطر الإصابة بالأزمات القلبية والسكتات الدماغية



الأحد 19 أكتوبر 2025 07:00 م

حذرت دراسة حديثة من أن الدهون المخفية المحيطة بالأعضاء والمخزنة في الكبد قد تتسبب في إتلاف الشرايين، حتى في الأشخاص الذين يعانون من النفافة

ومن خلال تحليل فحوصات التصوير بالرنين المغناطيسي والبيانات الصحية لأكثر من 33 ألف شخص بالغ في كندا وبريطانيا، وجد باحثون في جامعة ماكماستر بكندا أن الدهون الحشوية – التي تتراكم في الأعضاء الداخلية وحولها - كانت مرتبطة بقوة بتضخم وانسداد الشرايين السباتية، التي تزود الدماغ بالدم

وبعد تضيق الشرايين أحد عوامل الخطر الرئيسة للإصابة بالسكتة الدماغية - وقد يشير أيضًا إلى انسداد الأوعية الدموية الحيوية الأخرى، والتي تغذي القلب

مؤشر كتلة الجسم والسمنة

وتتحدى النتائج، التي نشرت في مجلة "كوميونيكيشن ميديسين"، الاعتماد طويل الأمد على مؤشر كتلة الجسم كمقياس للسمنة

وقال المؤلف المشارك في الدراسة البروفيسور راسل دي سوزا، من قسم أساليب البحث الصحي والأدلة والتأثير في جامعة ماكماستر: "تظهر هذه الدراسة أنه حتى بعد الأخذ في الاعتبار عوامل الخطر القلبية الوعائية التقليدية مثل الكوليسترول وضغط الدم، فإن الدهون الحشوية والكبدية لا تزال تساهم في تلف الشرايين".

ووصف النتائج بأنها "جرس إنذار للأطباء والجمهور على حد سواء".

وقالت البروفيسورة ماري بيجير، المؤلفة المشاركة في الدراسة من قسم الطب بجامعة ماكماستر، إن البحث يسلط الضوء على الحاجة إلى طرق أكثر تقدمًا لتقييم توزيع الدهون - وليس فقط الوزن الإجمالي أو حجم الخصر

وأضافت البروفيسور سونيا أناند، المؤلفة المراسلة وأخصائية طب الأوعية الدموية في هاملتون هيلث ساينسز: "لا يمكنك دائمًا معرفة من خلال النظر إلى شخص ما ما إذا كان لديه دهون أحشائية أو دهون كبدية".

وأشارت إلى أن "هذا النوع من الدهون نشط أيضًا وخطير - فهو مرتبط بالالتهاب وتلف الشرايين حتى في الأشخاص الذين لا يعانون من زيادة الوزن بشكل واضح"

ويقول الخبراء إن النتائج تؤكد أهمية الأساليب المعتمدة على التصوير لاكتشاف رواسب الدهون "المخفية" التي تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، ويمكن أن تؤدي إلى استراتيجيات وقائية أكثر تخصيصًا

تغييرات في نظام مؤشر كتلة الجسم

يأتي هذا في الوقت الذي من المتوقع أن يصف فيه ما يصل إلى 60 في المائة من البالغين على أنهم يعانون من السمنة بموجب التغييرات الجذرية في نظام مؤشر كتلة الجسم التي اقترحتها الخبراء

وبموجب القواعد الحالية، فإن درجة مؤشر كتلة الجسم التي تتراوح بين 18.5 إلى 25 تعتبر صحية، والدرجة التي تتراوح بين 25 إلى 29 تعتبر زيادة في الوزن، والدرجة التي تتراوح بين 30 أو أكثر تعتبر سمنة - وهي النقطة التي يرتفع عندها خطر الإصابة بأمراض خطيرة

لكن 58 متخصصًا دوليًا دعوا في الأسبوع الماضي إلى مراجعة شاملة لكيفية تشخيص السمنة، معتبرين أن مؤشر كتلة الجسم وحده يعد أداة غير دقيقة

ويقترحون إضافة حجم الخصر ونسبة الوزن إلى الطول لإعطاء صورة أكثر اكتمالاً للدهون غير الصحية في الجسم

ووجد باحثون من جامعة هارفارد ومستشفى ماساتشوستس العام، الذين فحصوا بيانات أكثر من 300 ألف بالغ أمريكي، أن اعتماد التعريف الجديد من شأنه أن يزيد عدد الأشخاص المصنفين على أنهم يعانون من السمنة بنحو 60 في المائة

وبموجب القواعد المقترحة، قد يُعتبر الأشخاص مصابين بالسمنة أيضًا إذا كان مؤشر كتلة الجسم لديهم أقل من 30 ولكن على الأقل مع وجود مقياسين مرتفعين، مثل محيط الجسم بأكثر من 37 بوصة للرجال و31.5 بوصة للنساء، أو نسبة الخصر إلى الطول مرتفعة

في وقت سابق من هذا العام، اقترح 50 خبيرًا من جميع أنحاء العالم إجراء "إصلاح جذري" لكيفية تشخيص السمنة وعلاجها، من خلال تضمين قياسات محيط الخصر والطول إلى جانب مؤشر كتلة الجسم وقد أيدت الكلية الملكية للأطباء توصياتهم