**Το έντονο στρες μπορεί να προκαλέσει εγκεφαλικό επεισόδιο**

Πολλοί ασθενείς που έχουν εισαχθεί επειγόντως στο νοσοκομείο με εγκεφαλικό επεισόδιο αποδείχτηκε ότι βρίσκονταν ήταν κάτω από μεγάλη πίεση για παρατεταμένο χρονικό διάστημα πριν υποστούν το εγκεφαλικό επεισόδιο.

Αυτό δείχνει μια μελέτη ασθενών που πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία μεταξύ της Ακαδημίας Sahlgrenska και του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Sahlgrenska της Σουηδίας και δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό BMC Medicine.

"Φαίνεται να υπάρχει συσχετισμός μεταξύ στρες και εγκεφαλικού επεισοδίου, αλλά τα δεδομένα αυτά πρέπει να ερμηνευθούν με μεγάλη προσοχή. Ρωτήσαμε τους ασθενείς που είχαν υποστεί εγκεφαλικό, σχετικά με την προσωπική τους αντίληψη για το στρες, και υπάρχει, βεβαίως, ο κίνδυνος των ασθενών που μόλις είχαν υποστεί εγκεφαλικό έμφραγμα να θυμούνται λανθασμένα ή να ερμηνεύουν υπερβολικά τα επίπεδα του στρες», λέει Katarina Jood, η οποία είναι ερευνήτρια στο Sahlgrenska Academy και νευρολόγος στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Sahlgrenska.

Σχεδόν 600 ασθενείς κλήθηκαν να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο σε αυτή τη μελέτη, το αργότερο δέκα ημέρες μετά την εισαγωγή τους στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Sahlgrenska με οξύ εγκεφαλικό επεισόδιο. Στο ερωτηματολόγιο, ζητήθηκε από τους ασθενείς να επιλέξουν μεταξύ έξι διαφορετικών εναλλακτικών λύσεων σχετικά με τα επίπεδα του στρες που είχαν νιώσει πριν από εγκεφαλικό επεισόδιο. Η κλίμακα περιελάμβανε απαντήσεις από το «ποτέ δεν ήμουν στρεσαρισμένος» έως «ήμουν συνεχώς στρεσαρισμένος κατά τα τελευταία πέντε χρόνια». Οι απαντήσεις των ασθενών συγκρίθηκαν με εκείνες μιας υγιούς ομάδας ανθρώπων (ομάδα ελέγχου) στους οποίους έγινε η ίδια ερώτηση.

«Βρήκαμε ότι υπάρχει μια ανεξάρτητη σχέση μεταξύ της προσωπικής αντίληψης του ατόμου στο ψυχολογικό στρες και το εγκεφαλικό επεισόδιο. Ένα νέο εύρημα ήταν ότι η σχέση μεταξύ στρες και εγκεφαλικού επεισοδίου ποικίλλει μεταξύ των διαφόρων τύπων εγκεφαλικού επεισοδίου», λέει ο Jood.

Η μελέτη δείχνει ότι υπάρχει σύνδεση με το άγχος, σε αυτές τις περιπτώσεις όπου το εγκεφαλικό επεισόδιο προκλήθηκε από αθηροσκλήρωση ή θρόμβους του αίματος που είχαν αναπτυχθεί σε τοπικό επίπεδο στα μικρότερα αγγεία του εγκεφάλου. Η σύνδεση βρέθηκε επίσης για εκείνους τους ασθενείς στους οποίους δεν κατέστη δυνατό να διαπιστωθεί ποια ήταν η αιτία του εγκεφαλικού επεισοδίου, παρά την εκτεταμένη αξιολόγηση.

"Δεν γνωρίζουμε γιατί άγχος φαίνεται να διαδραματίζει μεγαλύτερο ρόλο σε συγκεκριμένους τύπους εγκεφαλικού επεισοδίου, αλλά είναι ένα σημαντικό εύρημα που ωθεί σε περαιτέρω μελέτες σχετικά με το ρόλο που παίζει άγχος στην ανάπτυξη του εγκεφαλικού επεισοδίου," λέει ο Jood.

Για εμάς είναι ακόμη μια αφορμή να τονίσουμε, ότι δεν χρειάζεται να ανησυχούμε για το άγχος μας. Αν η ανταγωνιστικότητα αυξάνει και αν η κατανάλωση αγαθών αυξάνεται,  συμβάλλοντας έτσι στην ανάπτυξη του ΑΕΠ, τότε όλα βαίνουν καλώς. Εξ’ άλλου μην ξεχνάτε ότι δεν δουλεύουμε για να ζούμε, αλλά ζούμε για να δουλεύουμε. Έ, πρέπει να καταλάβουμε ότι αυτός ο «ιερός» αγώνας έχει και «παράπλευρες» απώλειες (νέος σικ όρος).