



Helsefarlige ekteskap

Kvinner får mer helseplager enn menn av å være i et belastende forhold. En årsak kan være at de bekymrer seg mer.

Psykologer ved universitetet i Utah studerte 276 par, som i gjennomsnitt hadde vært gift i 20 år.

Hvert ektepar svarte på spørreskjema som skulle få frem gode og dårlige sider ved forholdet. De ble også rangert etter hvor deprimerte de var basert på symptomene de selv rapporterte.

Deretter undersøkte leger om deltakerne hadde "metabolsk syndrom". Det er en samling av symptomer som gir høy risiko for hjerte-karsykdom, slag og diabetes.

Metabolsk syndrom har følgende kjennetegn:

- høyt blodtrykk
- overvekt
- for mye fett og sukker i blodet
- lavt nivå av det "sunne" kolesterolet HDL

Studien ble presentert på den årlige fagkonferansen til The American Psychosomatic Society i Chicago i mars i år.

Mindre helseplager hos menn

Et interessant funn var at konene i det som kunne betegnes som "ulykkelige ekteskap" hadde større sannsynlighet for å være deprimerte og hadde flere symptomer på metabolsk syndrom enn sine menn.

Sammenlignet med hustruene sine syntes ektemennene å være relativt immune mot fysisk helseplager fra et ulykkelig ekteskap, selv om også de viste tegn på depresjon.

Årsaken er ikke kjent, men at kvinner bekymrer seg mer, kan være en av faktorene, tror forskerne.

Nære bånd mellom følelser og fysisk helse

Studien tyder på at stress og depresjon kan føre til at kroppen lagrer fett rundt midjen, nedsetter virkning av det blodsukkernedsettende hormonet insulin og at fett i blodet og blodtrykket øker.

- Hvis man tar hensyn til hvor godt et ektepar har det sammen, blir det lettere å forstå deres fysiske helse, sier Nancy Henry, doktorgradsstudent i psykologi og førsteforfatter i undersøkelsen.

Ved å minske problemer i sitt intime forhold, kan man også øke sin følelsesmessige og kroppslige trivsel, konkluderer psykologene.

Men kvinner bør ikke vente med å ta tak i de viktigste helserisikoene først:

- Det er dumt om man ber en som røyker om å jobbe med ekteskapet først. Du bør starte med det som er mest skadelig, påpeker Tim Smith, professor i psykologi ved det samme universitetet.

Undersøkelsen er viktig fordi hjertesykdom er den vanligste dødsårsaken for både kvinner og menn. Det er fortsatt mye man ikke vet om sammenhengen mellom følelsesmessig smerte og hjertesykdom.

Kilde: BBC Health News og pressemelding fra The University of Utah (Unews.utah.edu, 05.03.09)