دراسة صادمة: ارتفاع سكر الدم في المراهقة يسبب تلفا في القلب



توصلت دراسة دولية عن تأثيرات سكر الدم المرتفع على صحة القلب في مرحلة المراهقة، إلى نتائج خطيرة، إذ أظهرت أن:"المستويات المرتفعة المستمرة للسكر والمقاومة للإنسولين تؤدي إلى تلف هيكلي ووظيفي في القلب".

وأوضح الباحثون، بقيادة جامعة شرق فنلندا، أن:"نمط الحياة والعادات الغذائية في مرحلة المراهقة لهما دور كبير في الوقاية من هذه المشكلات الصحية، ونُشرت النتائج، الاثنين، في دورية "Diabetes Care".

ويشير ارتفاع سكر الدم في مرحلة المراهقة إلى وجود مستويات غير طبيعية من الغلوكوز في الدم، وهو أمر قد يحدث نتيجة عوامل عدّة، منها التغيرات الهرمونية المصاحبة للبلوغ، التي تؤثر على استجابة الجسم للإنسولين، ما يؤدي إلى مقاومة الإنسولين وارتفاع مستويات السكر.

وكما تسهم العادات الغذائية غير الصحية، مثل الإكثار من تناول الأطعمة الغنية بالسكريات والدهون،

إلى جانب قلّة النشاط البدني في تفاقم المشكلة. وتلعب السمنة دوراً رئيسياً؛ حيث تضاعف الدهون الزائدة من خطر تطور مقاومة الإنسولين.

ونُفذت الدراسة بالتعاون بين مؤسسات أكاديمية عدّة بارزة، بما في ذلك كلية بايلور للطب في الولايات المتحدة، وجامعة برن في سويسرا، ومعهد مردوخ لبحوث الأطفال في أستراليا، وجامعتا بريستول وإكستر في المملكة المتحدة، إلى جانب جامعة شرق فنلندا.

وتابع الباحثون "1595" مراهقاً من مجموعة "أطفال التسعينات" التابعة لجامعة بريستول، من عمر 17 حتى 24 عاماً. وتبيّن أن نحو 6.2 في المائة من المراهقين في سن 17 عاماً كانوا يعانون من مستوى سكر دم صائم يفوق 5.6 مليمول/لتر، ما يشير إلى الإصابة بمقدمات السكري، في حين ارتفعت هذه النسبة بشكل ملحوظ إلى 26.9 في المائة عند سن 24 عاماً.

وزادت نسبة تضخم القلب (تضخم البطين الأيسر) ثلاثة أضعاف، من 2.4 في المائة عند سن 17 عاماً إلى 1.7 في المائة عند سن 24 عاماً لدى مَن يعانون من ارتفاع في سكر الدم. في حين ارتفعت نسبة تدهور وظيفة القلب من 9.2 في المائة خلال المراهقة إلى 15.8 في المائة في مرحلة الشباب.

وأظهرت النتائج أن:"استمرار ارتفاع مستوى سكر الدم من سن 17 إلى 24 عاماً كان مرتبطاً بزيادة خطر تضخم البطين الأيسر بنسبة 46 في المائة، وتضاعف هذا الخطر ثلاث مرات عند استمرار ارتفاع مستويات السكر".

وأشارت الدراسة إلى أن:"الإناث تأثرن بشكل أكبر؛ إذ أسهمت المستويات المرتفعة من السكر بالدم في زيادة معدل تضخم القلب لديهن مقارنة بالذكور".

وأكد الباحثون أن:"النتائج تشير إلى أهمية تحسين أنماط الحياة والعادات الغذائية خلال فترة المراهقة؛ إذ قد يكون تدهور صحة القلب في هذه المرحلة مؤشراً مبكراً على تطور أمراض مزمنة في المستقبل".