

دراسة تحذر من المخاطر الصحية لتقلبات الوزن الحادة على مرضى القلب والسمنة

16 مارس، 2025



كشفت دراسة حديثة أجرتها جامعة أنغليا روسكين البريطانية، ونُشرت في مجلة «هارت» (القلب) الطبية، أن التقلبات الكبيرة في الوزن - سواء فقدان الوزن أو زيادته بشكل كبير - تزيد من خطر الوفاة لدى الأفراد الذين يعانون من السمنة وأمراض القلب والأوعية الدموية. وبتحليل بيانات 8297 مشاركاً يعانون من السمنة عبر البنك الحيوي البريطاني (UK Biobank)، وجد الباحثون أن أولئك الذين فقدوا أكثر من 22 رطلاً (نحو 10 كيلوغرامات) زاد لديهم خطر الوفاة من جميع الأسباب بنسبة 54 في المائة، بينما أولئك الذين اكتسبوا أكثر من 22 رطلاً تضاعف لديهم خطر الوفاة من جميع الأسباب تقريباً، وارتفع خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية 3 مرات، وفق ما نقلته صحيفة «نيويورك بوست» الأميركية.

وتشير النتائج إلى أن الحفاظ على وزن مستقر، حتى ضمن نطاق السمنة، يُعدُّ أمراً بالغ الأهمية لتقليل خطر الوفاة لدى مرضى القلب والأوعية الدموية.

وأكد الدكتور جوفين تشانغ، المؤلف الرئيسي للدراسة، أنه على

الرغم من أن فقدان الوزن بشكل عام يُوصى به للبالغين الذين يعانون من السمنة، فإن فقدان الوزن السريع أو الشديد، خصوصاً لدى المصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية، قد يشكل مخاطر.

وتُسلط الدراسة الضوء على الحاجة إلى الإشراف الطبي عند استخدام أدوية إنقاص الوزن مثل أوزيمبيك أو ويغوفي، التي تُشيد بها الأوساط الطبية لنتائجها السريعة، ولكنها قد تحمل مخاطر على الفئات الضعيفة.

ومع ازدياد معدلات السمنة وأمراض القلب عالمياً، تؤكد الأبحاث على أهمية استراتيجيات إدارة الوزن المتوازنة والمستدامة لتحسين النتائج الصحية على المدى الطويل.