

الرجال أكثر من النساء.. "النمر" يكشف سبب ارتفاع خطر الوفاة بعد فقدان شريك الحياة

19 سبتمبر، 2026



كشف أستاذ الطب واستشاري أمراض القلب الدكتور خالد النمر، عن ظاهرة طبية قد تفسر وفاة أحد الزوجين بعد فترة قصيرة من رحيل شريكه، محذراً من خطورة ترك كبار السن بمفردهم بعد فقدان شريك الحياة.

وأوضح النمر، في منشور عبر حسابه على منصة «إكس»، أنه واسى أسرة في وفاة والدهم قبل أسبوعين، قبل أن يتلقى رسالة تفيد بوفاة والدتهم أيضاً، قائلاً: «إنا لله وإنا إليه راجعون».

وأشار إلى أن هذه الظاهرة معروفة طبيًا باسم «تأثير الترمل»، موضحاً أن دراسات علمية شملت ملايين الأشخاص أظهرت ارتفاع خطر الوفاة بنسبة 41% خلال الأشهر الستة الأولى بعد فقدان شريك الحياة، وأن التأثير يكون أقوى لدى الرجال مقارنة بالنساء.

وأوضح أن الحزن الشديد بعد فقدان الشريك قد يؤدي إلى اضطراب النوم والأكل، إلى جانب إهمال تناول الأدوية المخصصة للأمراض المزمنة، خصوصًا أدوية القلب والسكري، وهي عوامل قد تسهم في زيادة المخاطر الصحية خلال هذه الفترة.

وشدد النمر على ضرورة عدم ترك كبار السن بمفردهم بعد وفاة شريك حياتهم، داعيًا ذويهم إلى زيارتهم ومتابعتهم وتذكيرهم بتناول أدويتهم، مؤكدًا أن الوحدة بعد فقدان قد تكون أكثر خطورة مما يتصور البعض.