دراسة علمية تحذر من خطر هذه العلامة في اليد!

أكدت دراسة علمية حديثة أن ضعف قبضة اليد عند المصافحة من الممكن أن يكون علامة إنذار على الموت المبكر.

وبحسب ما ذكره موقع "ميديكال إكسبريس"، أكد الباحثون أن ضعف قوة قبضة اليد أثناء مصافحة الأشخاص علامة على زيادة مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة المرتبطة بالعمر، بما في ذلك السرطان وأمراض القلب.

ووفقاً لنتائج الدراسة، قد تكون المصافحة الضعيفة علامة على الضعف العام للعضلات، وهو عامل معروف للعديد من الأمراض التنكسية.

وربط باحثو الدراسة ذلك بعملية مثيلة الحمض النووي methylation DNA، منوهين أن كبار السن الذين يعانون من قوة قبضة منخفضة لديهم حمض نووي أقدم بيولوجيا ومؤشرات بيولوجية ضارة أكثر من أقرانهم.

وهناك مجموعة كبيرة من الأدلة التي تربط ضعف العضلات، كما تحدده قوة القبضة المنخفضة، بمجموعة من

النتائج الصحية السلبية المرتبطة بالشيخوخة، بالنظر إلى هذه الروابط، تم تصنيف قوة القبضة على أنها علامة حيوية للشيخوخة.ومع ذلك، فإن المسارات التي تربط قوة القبضة بالعواقب الصحية السلبية لا تزال غير واضحة".

وقد تابع الباحثون 1275 رجلا وامرأة على مدار 8 إلى 10 سنوات، وكانت أعمارهم نحو 70 عاما خلال تلك الفترة. ثم استخدموا مقياس dynamometer spring Smedley، وهو جهاز يقيس قوة القبضة، لاختبار المشاركين كل عامين.

بالإضافة إلى ذلك، أخذ الباحثون أيضا عينات دم من المشاركين، من أجل دراسة مستويات مثيلة الحمض النووي في كل مشارك. ويمكن أن تؤثر زيادة مثيلة الحمض النووي أو وجود الكثير منها على خطر الإصابة بأمراض مثل السرطان وأمراض القلب والأوعية الدموية الأخرى. ويقول الخبراء إن مثيلة الحمض النووي مرتبطة ارتباطا وثيقا بالشيخوخة والأمراض المرتبطة بالعمر.