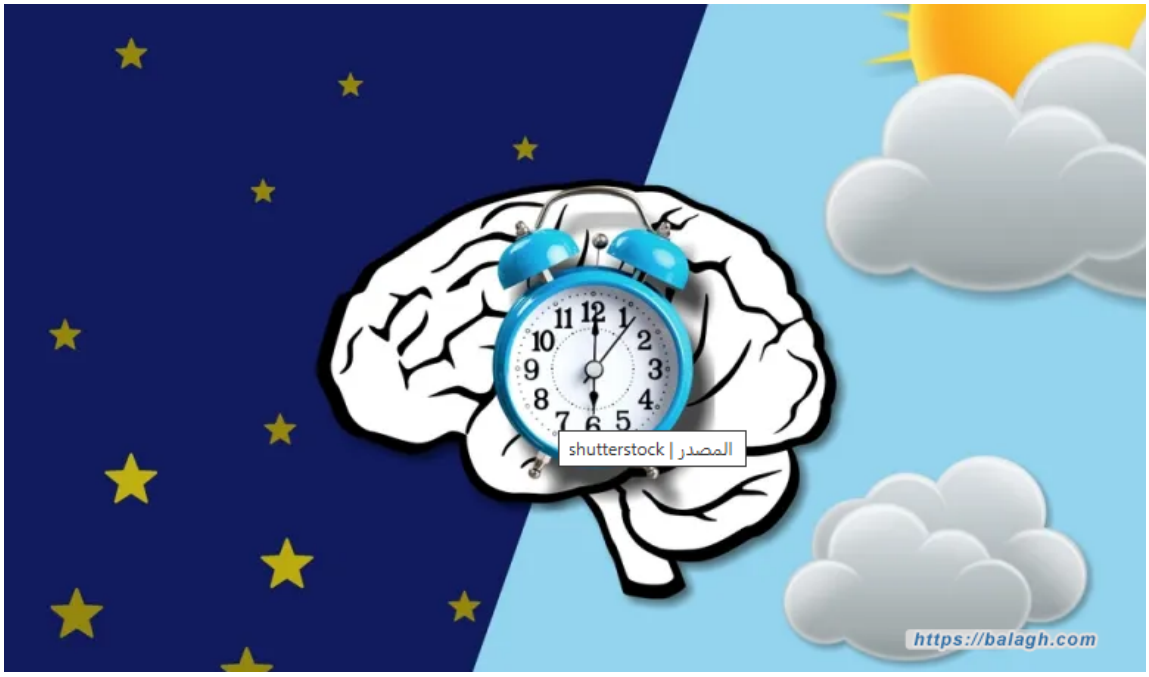
هل يؤثر ارتفاع درجة الحرارة على الصحة العقلية؟ دراسة حديثة تجيب



وبينما كان يُنظر إلى الحرارة الشديدة سابقاً بوصفها تهديداً جسدياً، تتنامى الآن الأدلة التي تربطها بزيادة الاضطرابات العقلية وتعاطي المواد.

تشمل هذه الاضطرابات اضطرابات القلق، الاكتئاب، اضطراب ثنائي القطب، الفصام، إضافة إلى مشكلات تعاطي الكحول والمخدرات.

وتشير التقديرات إلى أن العبء النسبي لهذه الاضطرابات قد يرتفع بنسبة 11% بحلول ثلاثينيات هذا القرن، وقد يصل إلى 49% بحلول عام 2050 في حال عدم اتخاذ تدابير صارمة للحد من الاحترار العالمي.

تأثير مباشر على المعيشة والصحة

تشير البيانات المستمدة من جميع الولايات الأسترالية بين 2003 و2018 إلى أن موجات الحر أثرت بشكل مباشر على ظروف المعيشة والعمل، وزادت من حالات الاستشفاء والطوارئ، خاصة بين الأطفال وكبار السن. ففي موجة الحر التي ضربت مدينة أديلايد عام 2008، ارتفعت حالات دخول المستشفيات للأطفال بسبب متلازمة خلل التنسج النقوي بنسبة 64%.

الشباب أكثر عرضة للخطر

وعلى الرغم من الاعتقاد السائد بأن كبار السن هم الأكثر تأثرًا بموجات الحر، فإن الدراسة توصلت إلى أن الشباب أكثر عرضة للوفاة أو الاضطرابات النفسية بسبب ارتفاع الحرارة.

ويُرجّح أن السبب في ذلك يعود إلى عدم اتخاذهم احتياطات كافية خلال العمل في الهواء الطلق، إضافة إلى العبء النفسي المتزايد الذي يتحملونه في ظل أزمة المناخ.

دعوة لتعزيز الصمود

أكد الباحثون، ومن بينهم جينجوين ليو من جامعة أديلايد، أن هناك حاجة ماسة لتعزيز قدرة المجتمعات على الصمود أمام التغيرات المناخية.

ويتطلب ذلك تدريب العاملين في مجال الصحة العامة وتزويدهم بالأدوات المناسبة لفهم العلاقة بين المناخ والصحة النفسية، ووضع استراتيجيات للحد من تأثير الحرارة على الحالات العقلية.

تأتي هذه النتائج بينما تشير التقديرات إلى أن نحو 44% من الأستراليين، أي ما يقارب 8.6 مليون شخص، سيواجهون اضطرابات نفسية في مرحلة ما من حياتهم، مما يجعل معالجة هذه القضية ضرورة صحية ومجتمعية ملحّة.