سلامتك النفسيّة تمنع الإصابة بالسرطان

أظهرت دراسة صينية جديدة وجود علاقة وثيقة بين الحالة النفسيّة والعصبيّة وزيادة خطر الإصابة بالسرطان.

وأكّدت الدراسة – بعد أبحاث تمّ فيها مراقبة أكثر من ألفي مريض وتجارب طويلة أجريت على الحيوانات – أنّ المحافظة على صحّة الجهاز العصبي، ومعالجته بشكل مناسب، وبصورة مستمرة، قد يساعد على منع تحول الخلايا السليمة إلى سرطانية. ولاحظ فريق البحث أنّ معظم الأشخاص الذين اصيبوا بالسرطان تعرّضوا قبل إصابتهم لضغوط نفسيّة شديدة أو حزن شديد نجم عن وفاة أحد الأقرباء أو فاجعة أخرى أو تغير آخر مرغوب فيه.

واكتشف الباحثون – في التجارب التي أجريت على الفئران – أنّ الحيوانات التي تعرّضت للتخويف المستمر أُصيبت بأورام خبيثة أكثر من تلك التي كانت تعيش بهدوء. وخلص الفريق إلى أنّ إنتشار الخلايا السرطانية يحدث عندما لا ينجح الجهاز العصبي في مساعدة الجسم على التلاؤم مع بيئته بصورة مناسبة، أو عند تراجع قدرات الإنسان الهادئ والسليم على مواجهة الضغوط النفسيّة والعصبيّة في الحياة اليومية بصورة قويّة، ومعقولة.