

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## **Pesymizm zwiększa ryzyko choroby wieńcowej**



## **Badania fińskich naukowców wykazały, że pesymizm może zwiększać ryzyko zgonu z powodu choroby wieńcowej. Nie oznacza to jednak, że optymiści są na tę chorobę w mniejszym stopniu narażeni. Wnioski publikuje pismo "BMC Public Health".**

"Silny pesymizm już wcześniej łączony był z czynnikami ryzyka chorób serca, m.in. z rozwojem stanu zapalnego, jednak mało informacji dotyczyło zależności pomiędzy pesymizmem a ryzykiem zgonu z powodu choroby wieńcowej" - mówi autor badań dr Mikko Pankalainen ze Szpitala Centralnego Pajjat-Hameen (Pajjat-Hameen Keskussairaala) w Lahti.

W badaniach wzięło udział 2267 osób od 52 do 76 lat. Pod uwagę wzięto m.in. czynniki psychologiczne i społeczne, styl życia, status społeczno-ekonomiczny, a także dane dotyczące poziomu glukozy, ciśnienia tętniczego, stosowania leków na nadciśnienie lub cukrzycę czy wcześniejszego zdiagnozowania choroby wieńcowej. Wszyscy uczestnicy wypełnili testy psychologiczne, które mierzyły poziom optymizmu i pesymizmu.

W ciągu kolejnych 11 lat z powodu choroby wieńcowej zmarło 121 osób. Po porównaniu wyników testów naukowcy stwierdzili, że w większości przypadków osoby te były nastawione pesymistycznie. Po uwzględnieniu wszystkich czynników ustalili, że osoby, u których poziom pesymizmu był największy, były 2,2-krotnie bardziej narażone na zgon z powodu choroby wieńcowej w porównaniu z osobami, u których poziom pesymizmu był najmniejszy. Naukowcy podkreślają jednak, że badania miały charakter obserwacyjny i wskazują na możliwą zależność, a nie związek przyczynowo-skutkowy.

"Poziom pesymizmu można w łatwy sposób zmierzyć, co może stanowić przydatną informację podczas oceny ryzyka zgonu z powodu choroby wieńcowej przy uwzględnieniu innych czynników ryzyka, takich jak cukrzyca, nadciśnienie czy palenie papierosów" - komentuje dr Pankalainen.



07-11-2024

## **PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego**

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

## **Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy**

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

## **Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością**

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

## [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

## [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

## [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

## Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

## Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

**Informacje dnia:** [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

**Partnerzy**