

### [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](#)

## Stres często związany z dolegliwościami fizycznymi u kobiet

Długotrwały stres znacznie zwiększa ryzyko występowania dolegliwości zdrowotnych u pań w średnim wieku, które go doświadczają - wykazały szwedzkie badania. Artykuł na ten temat zamieszcza pismo "International Journal of General Medicine".

Naukowcy z Akademii Sahlgrenska w Goeteborgu doszli do takich wniosków na podstawie obserwacji prowadzonych w grupie ok. 1500 kobiet. Były to uczestniczki populacyjnego badania, które rozpoczęło się pod koniec lat 60. XX wieku. Na początku, gdy panie miały od 38 do 60 lat, przeszły testy medyczne i udzielały informacji na temat swojego zdrowia oraz przeżywanych stresów psychicznych (w związku z pracą, zdrowiem, rodziną, konfliktem z drugą osobą lub z innych przyczyn). Ich stan zdrowia śledzono regularnie w okresie 37 lat.



Okazało się, że jedna piąta pań w średnim wieku doświadczała regularnych stresów psychicznych w ciągu ostatnich 5 lat. Częściej były to kobiety palące, nie pracujące poza domem i nie samotne.

W grupie tej stwierdzono też częstsze występowanie różnych dolegliwości psychosomatycznych niż wśród pań, które nie cierpiały z powodu stresów psychicznych. Dolegliwości ze strony przewodu pokarmowego występowały o 85 proc. częściej, bóle mięśni i stawów - o 70 proc. częściej, bóle głowy i migreny - o 100 proc. częściej, a regularne infekcje - o 75 proc. częściej.

*„Nawet gdy w analizie uwzględniliśmy palenie papierosów, wskaźnik masy ciała i aktywność fizyczną, widać było wyraźny związek między odczuwanym stresem a częstszym występowaniem objawów psychosomatycznych”* - komentuje współautorka pracy Dominique Hange.

U kobiet, które wyjściowo odczuwały stresy psychiczne i nie miały dolegliwości fizycznych, odnotowano częstsze niż w grupie niezestresowanej pojawianie się problemów psychosomatycznych po upływie 12 lat. Problemy ze strony układu pokarmowego - były o 115 proc. częstsze, bóle głowy i migreny - o 127 proc. częstsze, a regularne infekcje - o 121 proc. częstsze.

Badanie nie wykazało natomiast, by regularny stres zwiększał ryzyko przedwczesnego zgonu.

Zdaniem autorów pracy, badania tego rodzaju pomogą lepiej zrozumieć, kto jest narażony na dolegliwości psychosomatyczne związane ze stresem, a w rezultacie mogą przyczynić się do opracowania lepszych metod zapobiegania im.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/18102.html>



12-05-2026

## Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## **Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością**

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## **Norowirusy - biegunka brudnych rąk**

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## **Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży**

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

### **Partnerzy**