مجلة علمية تحدد عدة علامات لإقتراب "الموت"!

تحدّثت مجلة علمية أن تدهور الوظائف الحركية لدى الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً يمكن أن يشير إلى موت وشيك.

وقالت مجلة BMJ THE ان البحث بدأ بنهاية القرن العشرين، وكان ذلك بدراسة علماء فرنسيين وبريطانيين بين عامي 1985 و1988، تأثير العوامل الاجتماعية والسلوكية والبيولوجية على الصحة على المدى الطويل.

وشارك في هذه الدراسة ستة آلاف متطوع تتراوح أعمارهم بين 35 و55 عاما.

وجرى عقب ذلك بين عامي 2007 و2016، تقييم الوظائف الحركية لدى المشاركين ثلاث مرات. كما أخذ الاستطلاع في الاعتبار عوامل مثل سرعة المشي، والوقت الذي يستغرقه النهوض من الكرسي، وقوة القبضة، والصعوبات في الحياة اليومية، مثل مشاكل ارتداء الملابس، واستخدام المرحاض، وإعداد الطعام، والتسوق.

واستمرت المرحلة الثالثة حتى أكتوبر 2019. ثم سجل الخبراء عدد الوفيات بين المشاركين.

وبعد تحليل جميع العوامل، وجد الخبراء أن أولئك الذين واجهوا صعوبة في المشي، زاد خطر الموت بينهم بنسبة 22٪، ومن لديهم مشاكل في قوة القبضة بنسبة 15٪، والنهوض من المقعد بنسبة 14٪، وبنحو 30٪ لدى أولئك الذين عانوا من صعوبات في الحياة اليومية.

ووجد الباحثون أيضا أن مؤشرات زمن النهوض من الكرسي بين المشاركين في الدراسة المتوفين، كانت الأسوأ في السنوات العشر التي سبقت الوفاة، وتقييمهم الخاص للوظيفة الحركية قبل سبع سنوات، والصعوبات في الحياة اليومية، قبل أربع سنوات.