

Чем шире бёдра, тем здоровее сердце

Несмотря на обрушившуюся эпидемию, учёные в Китае продолжают вести научную деятельность и совершать различные открытия. Так, в международном научном журнале *Endocrine Connections* появилась статья, в которой китайские исследователи из Шанхайского университета транспорта доказывают связь между размером бёдер и уровнем артериального давления.

В статье указывается, что большая окружность бёдер снижает риски развития болезней сердца.

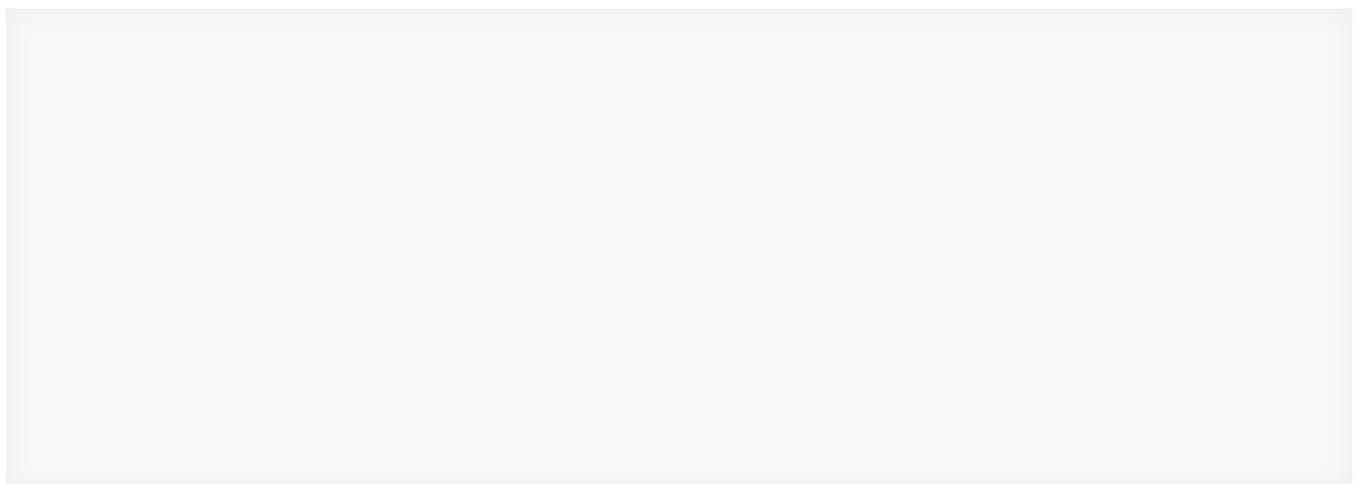
Какая же связь может быть между ягодицами и сердцем? Оказывается, что вполне логичная и прямая. Жир и мышцы на ногах способны выделять полезные вещества, которые помогают поддерживать кровяное давление в стабильном состоянии.

Это удалось выяснить, проанализировав более девяти тысяч человек. Учёные наблюдали за людьми, возраст которых был более 40 лет. У одной половины из них вес был избыточный, у другой – нормальный. Благодаря замеру бёдер и давления на протяжении долгого времени, удалось сделать однозначный вывод, что связь имеется. Независимо от возраста, индекса массы тела, окружности талии, у мужчин с обхватом бедра более 55 сантиметров и у женщин более 54 сантиметров высокое давление было распространено меньше. И наоборот, у людей с окружностью бёдер 50 сантиметров у женщин и 51 сантиметра у мужчин оно гораздо чаще было повышенным.

Учёные уверяют, что их открытие принесёт пользу в диагностике и профилактике проблемы высокого давления и связанных с ним проблем, в том числе сердечно-сосудистые болезни. Ведь на сегодняшний день высокое артериальное давление — одна из основных проблем здравоохранения, затрагивающая более миллиарда человек по всему миру, а также основная причина смертности и инвалидности. Повышенное артериальное давление вызывает избыточную нагрузку на сердце и артерии и может привести к накоплению жира в сосудах, ограничивая приток крови. Это увеличивает риск серьезных заболеваний, в том числе инсульта и болезней сердца.

Такой простой способ, как замер бёдер, сможет выявить людей, входящих в группу высокого риска, а значит и своевременно применить необходимое лечение. Порой лишь правильное питание и увеличение физических нагрузок способны помочь в болезни. Однако многие люди даже не догадываются о том, что страдают повышенным артериальным давлением.

Учёные планируют продолжить исследование. Теперь необходимо выяснить связь размера бёдер и уровня давления в зависимости от рас, физической нагрузки и других факторов. Также исследователи планируют более детально изучить костную, мышечную и жировую массу, чтобы понимать какие именно компоненты связаны с высоким давлением.



Автор: Миша Ковальски
© Babr24.com
ЗДОРОВЬЕ, НАУКА И ТЕХНИКА, МИР
👁 9681 05.04.2020, 13:17 📄 1319
URL: <https://babr24.com/?ADE=199218>
Bytes: 2676 / 2582 Версия для печати



👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Миша Ковальски**, научный обозреватель.

На сайте опубликовано **1654** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)