

Πρώιμη έναρξη έμμηνης ρύσης συνδέεται με μεγαλύτερο κίνδυνο για διαβήτη και εγκεφαλικό [μελέτη]

 [iatronet.gr/article/121152/proimh-enarxh-emmhnhs-ryshs-syndeetai-me-megalytero-kindyno-gia-diavthth-kai-egkefaliko-meleth](https://www.iatronet.gr/article/121152/proimh-enarxh-emmhnhs-ryshs-syndeetai-me-megalytero-kindyno-gia-diavthth-kai-egkefaliko-meleth)

Εύη Ψωμιάδου

6 Δεκεμβρίου 2023

Τετάρτη, 06 Δεκεμβρίου 2023, 16:19

Εύη Ψωμιάδου

Υπεύθυνη Ύλης

Κορίτσια των οποίων η έμμηνη ρύση άρχισε πριν την ηλικία των 13 ετών έχουν υψηλότερο κίνδυνο για διαβήτη στην ενήλικη ζωή σε σύγκριση με κορίτσια που είχαν αργότερα εμμηναρχή, έδειξε νέα έρευνα.

Η πρώιμη έναρξη της έμμηνης ρύσης, επίσης φαίνεται να αυξάνει τις πιθανότητες μιας γυναίκας για εγκεφαλικό επεισόδιο πριν την ηλικία των 65, έδειξε η έρευνα.

Σύμφωνα με τους ερευνητές, του Tulane University στη Νέα Ορλεάνη, η έκθεση σε κυκλοφορούντα οιστρογόνα ενδεχομένως μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο για διαβήτη και καρδιοπάθεια και οι γυναίκες που είχαν εμμηναρχή νωρίτερα εκτίθενται περισσότερο χρόνο.

Η ομάδα της Dr Sylvia Ley εστίασε σε στοιχεία 20 ετών (1999-2018) 17.000 Αμερικανίδων ηλικίας 20 έως 65 ετών στην έναρξη.

Ολες έδωσαν πληροφορίες για το πότε άρχισε η έμμηνος ρύση τους.

Περίπου το 10% είχαν διάγνωση διαβήτη τύπου 2, ενώ το 11,5% είχε καρδιοπάθεια.

Αφου ελήφθησαν υπόψη το βάρος, η ηλικία, η φυλή και το ιστορικό τοκετών, μεταξύ άλλων, το να έχει ένα κορίτσι την πρώτη του περίοδο πριν την ηλικία των 13 ετών συνδεόταν με υψηλότερο κίνδυνο για διαβήτη τύπου 2.

Ο κίνδυνος αυξήθηκε περαιτέρω όσο νωρίτερα άρχιζε η έμμηνος ρύση. Εμμηναρχή στην ηλικία των 10 και κάτω συνδεόταν με 32% μεγαλύτερο κίνδυνο για διαβήτη ενώ εμμηναρχή στην ηλικία των 12 συνδεόταν με 29% μεγαλύτερο κίνδυνο.

Η εμμηναρχή στην ηλικία των 10 ετών ή νωρίτερα, επίσης συνδέθηκε με διπλάσιο κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου κάτω από την ηλικία των 65 ετών.

Η έρευνα δεν ήταν σχεδιασμένη για να αποδείξει αιτιατή σχέση.

Τα αποτελέσματα δημοσιεύτηκαν στο BMJ Nutrition Prevention & Health.

Πηγές:

BMJ Nutrition Prevention & Health.

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Γιατί κινδυνεύει να ξεμείνει από καφέ η Ευρώπη

Μπορεί η μοναξιά να ενισχύσει την ευεξία;

Πώς θα χάσουμε λίπος από την κοιλιά