

Optimisme mot hjarteinfarkt

Menn som har ei generelt positiv innstilling til framtida, ser ut til å ha lågare risiko enn pessimistar for å døy av hjarteinfarkt og slag.

PUBLISERT 1. mai 2006

Resultata kjem fram i ein studie publisert i Archives of Internal Medicine.

Kohortstudien inkluderte 545 menn i alderen 64–84 år. Mennene hadde ikkje hatt hjartesyjukdom eller kreft tidlegare. Dei fylte ut eit spørjeskjema fire gongar i løpet av oppfølgingsperioden frå 1985 til 2000.

Etter å ha justert for ulike risikofaktorar og depresjon, fann dei nederlandske forskarane at mennene som var mest optimistiske i 1985, hadde 55 prosent lågare risiko for kardiovaskulær død dei neste 15 åra. Forklaringa kan vera at optimistar trener meir og taklar motgang betre enn pessimistar.

Irene Hetlevik, spesialist i allmennmedisin, åtvarar om at slike studium kan auka det personlege ansvaret til pasientar – også for faktorar ein kanskje ikkje i så stor grad kan påverka, slik som ei optimistisk grunnhaldning.

– Den som får eit hjarteinfarkt, har ikkje ete sunt nok, ikkje mosjonert tilstrekkeleg – og no i tillegg ikkje vore optimistisk nok, seier ho til Tidsskrift for den norske lægeforening.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 43, nummer 5, 2006, side