

Nurses' Health Study. A hála és az ápolók egészsége
JAMA Psychiatry. doi: [10.1001/jamapsychiatry.2024.1687](https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2024.1687) ; July 3, 2024

Kulcsszavak: ápolás, ápolók közérzete, ápolók egészsége, Egyesült Államok

Forrás Internet-helye:

<https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2820770>

A *Nurses' Health Study* eredményei szerint a hála lélektani erőforrást jelenthet, amely időskorban akár magasabb élettartammal társul. A populáció alapú, prospektív kohorszvizsgálat a *Nurses' Health Study* programban résztvevő mintegy 50.000 ápoló válaszain és beteglapjain alapul.

A felmérés keretében a hálát a 2016 és 2019 közötti időszak vonatkozásában egy hatpontos hálakérdőív („*Gratitude Questionnaire*“) segítségével mérték és számszerűsítették. A haláleseteket a *National Death Index*, a statisztikák, a közeli hozzátartozók beszámolóit és a postai forgalom alapján azonosították.

Az egészségben való megőregedés célkitűzése többé-kevésbé explicit módon megfogalmazódik az *Egészségügyi Világszervezet* nyilatkozataiban, valamint több amerikai egészségügyi hatóság dokumentumaiban, mint az *Office of Disease Prevention and Health Promotion (ODPHP)* és a *US Department of Health and Human Services (HHS)*.

Eredmények

- A 49.275 résztvevő közül, akik a felmérés kezdetén átlagosan 79 évesek voltak, a követési időszakban 4.608-an haltak meg (kb. 150.000 személyév).
- A kezdeti időszakban megnyilvánuló nagyobb hála egységesen alacsonyabb halálozási kockázattal járt.
- A kutatók példaként említik a felső és az alsó tercilis összehasonlítását. A kockázati arány (HR) 0,91, a 95%-os konfidenciaintervallum 0,84 és 0,99 között volt. Ezt a becslést számos tényezővel korrigálták: szociodemográfiai jellemzők a vizsgálat kezdetén, társadalmi részvétel, vallásosság, fizikai egészség, életmód, kognitív funkciók és mentális egészség.
- A kiválasztott halálokokat vizsgálva szignifikáns fordított összefüggés mutatható ki a hála és a szív- és érrendszeri betegségek okozta halálozás között (HR 0,85; 95% CI 0,73-0,99; P = 0,04). Egyéb halálokoknál az elemzés statisztikai ereje az alacsony esetszám miatt alacsonyabb volt, az összefüggések a légúti betegségeknél 0,08, a neurodegeneratív betegségeknél 0,16, a ráknál 0,26, a baleseteknél 0,27, nem voltak szignifikánsak.

Finanszírozás: Templeton Foundation; National Institutes of Health.