

Chodzenie do kościoła wydłuża życie o 33% wg badań

Autor: frater - 06/19/2019 02:22

Trwające aż 16 lat badania Uniwersytetu Harvarda wskazują, że chodzenie do Kościoła i uczestniczenie w uroczystościach religijnych wydłuża życie aż o 33 proc. Wyniki badań zostały opublikowane przez jedno z najbardziej prestiżowych pism medycznych na świecie.

Naukowcy z Uniwersytetu Harvarda przeanalizowali dane na temat stylu życia 74 534 kobiet, które w latach 1992-2012 brały udział w Nurses' Health Studies. Wszystkie badane kobiety były w roku 1992 wolne od chorób krążenia i nowotworów. Uczestniczki odpowiadały na pytania dotyczące diety i zdrowia, a także dotyczące uczestnictwa w obrzędach religijnych. Okazało się, że u kobiet, które brały udział w obrzędach religijnych, stwierdzono o 33 procent mniejsze ryzyko zgonu.

- Jak się okazuje, największym propagatorem zdrowego trybu życia jest prosty proboszcz parafii, który swoich parafian zachęca do relacji z Jezusem i udziału w nabożeństwach – twierdzi ks. Sławomir Abramowski, proboszcz parafii św. Jana Pawła II w Warszawie, który jest z wykształcenia także lekarzem.

Wyniki badań jednoznacznie wskazują, że w ciągu 16 lat trwania badania stwierdzono o 33 procent mniejsze ryzyko zgonu u kobiety uczestniczącej w nabożeństwach, w porównaniu z tymi, które do kościoła nie chodziły. Kobiety religijne o wiele rzadziej umierały na choroby układu krążenia i nowotworowe. Badanie pokazało też większy optymizm kobiet uczestniczących w nabożeństwach i mniejszą podatność na depresję.

- Do tej pory wszyscy myśleli, że zachęcając do chodzenia do kościoła zachęcam tylko do życia wiecznego. Teraz jest już medycznie udowodnione, że jestem również po prostu propagatorem zdrowego stylu życia – pisze na profilu facebookowym parafii ks. Abramowski. - Który z lekarzy, moich kolegów po fachu może się pochwalić taką skutecznością w profilaktyce poważnych schorzeń układu krążenia i nowotworów.

To jedno z największych badań tego typu. Spośród 74 534 kobiet w przeciągu 16 lat odnotowano 13 537 zgonów, w tym 2721 zgonów z powodu sercowo-naczyniowych i 4479 zgonów z powodu raka. Po wielu zmiennych i uwzględnieniu głównych czynników ryzyka okazało się, że kobiety uczestniczące w nabożeństwach częściej niż raz w tygodniu wykazały o 33 proc. mniejszą śmiertelność.

Wyniki badań prowadzonych przez naukowców z Uniwersytetu Harvarda zostały opublikowane w jednym z najbardziej prestiżowych pism medycznych na świecie JAMA Internal Medicine. „Religia i duchowość może być niedoceniana przez medycynę czynnikiem w tym, aby lekarze mogli odpowiednio diagnozować swoich pacjentów” - piszą autorzy badania na stronie The Jama Network.

www.niedziela.pl/artikul/22853/Chodzenie-do-kosciola-wydluza-zycie

=====