

Dobré manželství hojí rány



Epidemiologické údaje potvrzují negativní vliv stresu na celkový zdravotní stav jedince. Stresový děj může být spuštěn mnoha způsoby. V psychosociální oblasti jednak významnými životními událostmi, jednak každodenními nepříznivými situacemi.

Základní sociální pole, na němž se stresové vlivy uplatňují, nacházíme v rodině, v zaměstnání a v oblasti zájmů i zálib.

Podle inventáře životních událostí, který v šedesátých letech minulého století sestavili T. Holmes a R. Rahe, se nejvýznamnější, a tedy také nejzhooubněji působící události odehrávají právě v rodině (úmrť partnera = 100 bodů, rozvod = 73 bodů, rozvrat manželství = 65 bodů, úmrť blízkého člena rodiny = 63 bodů, sňatek = 50 bodů, úraz nebo vážné onemocnění = 53 bodů).

Manželstvím k depresi

Jestliže je rodinná problematika potenciálním zdrojem tak vysoko vyhodnocených stresových vlivů, je při optimálním chodu rodina rovněž zdrojem kvalitní podpory a schopnosti chránit zdravotní stav.

A naopak: špatná kvalita rodinných vztahů by mohla mít na tento stav zásadní vliv - a řada epidemiologických i klinických studií to dosvědčuje.

Prokázalo se, že v nešťastných manželstvích je 25krát častější výskyt depresí, že manželský stres zhoršuje prognózu žen po prodělaném infarktu myokardu, že tento stres zhoršuje průběh řady dalších onemocnění a že souvisí s mnoha nemocemi ve vyšším věku.

Oddělení molekulární virologie, imunologie a lékařské genetiky spolu s psychologickým oddělením Ohiojské státní univerzity v USA se již mnoho let zabývá problematikou hojení ran ve vztahu k řadě dalších biologických i psychosociálních faktorů, jakými jsou věk pacientů, imunitní charakteristiky, bolest, stresové vlivy a deprese.

V citované práci se autoři rozhodli ověřit hypotézu, že nepřátelské partnerské vztahy negativně ovlivňují hojení ran, neboť působí jak na místní, tak na systémové imunitní parametry.

Ve studii bylo vyšetřeno celkem 42 manželských párů ve věku od 22 do 77 let, jejichž manželství trvalo průměrně 12,5 roku. Páry nastoupily s časovým odstupem celkem dvakrát k 24hodinové hospitalizaci.

Hojení uměle vytvořených ran, způsobených prudkým odtržením standardizované lepicí pásky přiložené na kůži, sledovali vědci v den pokusu a v následujících dnech.

Při hospitalizaci účastníci nejprve vyplnili dotazníky týkající se sledovaných postojů a byla jim odebrána krev pro stanovení koncentrace prozánětlivých cytokinů, další odběry byly provedeny druhý den ráno.

Potom manželé diskutovali o tom, co by každý z partnerů rád na sobě změnil, a druhý partner mu při tom poskytoval sociální podporu. Výzkumný tým sledoval a vyhodnocoval jejich chování z vedlejší místnosti přes dvoucestné zrcadlo.

Druhá jednodenní hospitalizace měla obdobné uspořádání, pouze s tím rozdílem, že předmětem diskuse byla "horká" témata, na která měli manželé zásadně rozdílné názory (peníze, příbuzní aj.).

Po konfliktním uspořádání diskuse se způsobené rány hojily pomaleji a také produkce těch cytokinů, které působí pozitivně v místě poranění, byla nižší než po rozhovoru zahrnujícím sociální podporu.

Páry, které měly vyšší úroveň nepřátelského chování během obou sezení (29 procent celého vzorku), vykazovaly pomalejší hojení ran (asi 60 procent ve srovnání s páry, jež postupovaly navzájem vstřícně).

Manželé s vysokou mírou nepřátelství po srovnání se vstřícnými páry měli také druhý den po konfliktní diskusi vyšší hodnoty jednoho ze škodlivých cytokinů (plazmatického TNF alfa) než po rozhovoru zahrnujícím sociální podporu.

"Byli jsme překvapeni, jak vysoce citlivé je hojení ran i na tak malou stresovou zátěž," prohlásila hlavní autorka výzkumu Janice Kiecolt-Glaserová.

"Výsledky naší studie mají mnohem širší význam, protože zvýšení plazmatické koncentrace prozánětlivých cytokinů hraje podstatnou úlohu při rozvoji a udržování chorob, které se objevují ve vyšším věku, jako jsou kardiovaskulární onemocnění, diabetes II. typu, osteoporóza, artritida a další včetně některých nádorů."

Autoři poukázali také na to, že zatímco experiment byl časově limitován na dobu dvakrát 10 minut, manželské hádky doma mohou trvat celé hodiny.

Autor MUDr. Radkin Honzák, CSc., působí v Ústavu všeobecného lékařství 1. lékařské fakulty UK a v Institutu klinické a experimentální medicíny.