

ارتباط الصحة النفسية ووظائف القلب لدى متدربي شرطة كندا الملكية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 14, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). ارتباط الصحة النفسية ووظائف القلب لدى متدربي شرطة كندا الملكية.
عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118910>

تخيل أنك تتمرن بجد لتصبح ضابط شرطة. الضغط هائل، التدريب مكثف، والمسؤولية المستقبلية كبيرة. لكن ماذا لو كان التوتر لا يؤثر فقط على صحتك النفسية، بل على قلبك أيضاً؟ هذا ما كشفه بحث جديد أجرته جامعة ريجينا في كندا، حيث وجد الباحثون صلة قوية بين أعراض الاضطرابات النفسية ووظائف القلب لدى المجندين في الشرطة الملكية الكندية (RCMP).

منهجية البحث

قام فريق البحث، بقيادة نيكولاس كارلتون، بدراسة 81 مجنّداً في الشرطة الملكية الكندية، منهم 28.4% من النساء. تم جمع البيانات في مرحلتين: قبل بدء التدريب وقبل النشر الفعلي في الميدان. استخدم الباحثون استبيانات لتقييم أعراض الاضطرابات النفسية الشائعة، مثل اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، والاكتئاب الشديد (MDD)، واضطراب القلق العام (GAD)، واضطراب القلق الاجتماعي (SAD)، واضطراب تعاطي الكحول (AUD).

ولتقييم وظائف القلب، استخدم الباحثون تقنيات تصوير القلب المتقدمة (تحديداً مخطط صدى القلب - echocardiography) لقياس مؤشرات مختلفة، بما في ذلك مؤشر أداء عضلة القلب (myocardial performance index)، ومؤشر أداء الانقباض والانقباض (diastolic performance index)، ووقت الاسترخاء المتساوي الحجم (isovolumic relaxation time - IVRT)، ووقت القذف السريع (rapid ejection time). هذه المؤشرات تعكس مدى كفاءة القلب في ضخ الدم وقدرته على الاسترخاء بين النبضات.

تم استخدام اختبارات إحصائية متطورة، بما في ذلك اختبارات (t) للعينات المزدوجة والتحليل الإحصائي بتقنية bootstrap، للتحقق من وجود علاقات طولية بين وظائف القلب وأعراض الاضطرابات النفسية، مع الأخذ في الاعتبار عوامل مثل العمر والجنس.

النتائج

أظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية بين التغيرات في مؤشرات وظائف القلب المختلفة وزيادة أعراض الاكتئاب الشديد والقلق العام والقلق الاجتماعي. على سبيل المثال، وجد الباحثون أن التغيرات في مؤشر أداء عضلة القلب ومؤشر أداء الانقباض والانقباض كانت مماثلة في حجمها للتغيرات في أعراض هذه الاضطرابات النفسية. كما وجدوا ارتباطاً بين وقت الاسترخاء المتساوي الحجم (IVRT) وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وبين وقت القذف السريع وأعراض القلق العام.

من الجدير بالذكر أن هذه الارتباطات لم تظهر بشكل واضح مع أعراض اضطراب تعاطي الكحول. وهذا يشير إلى أن الضغوط النفسية المرتبطة بالتدريب والعمل الشرطي قد تؤثر بشكل خاص على وظائف القلب من خلال مسارات عصبية وهرمونية مرتبطة بالاكتئاب والقلق.

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن الضغوط النفسية الشديدة التي يتعرض لها ضباط الشرطة، وخاصة خلال فترة التدريب، يمكن أن يكون لها تأثير ملموس على صحتهم القلبية. فالارتباط بين أعراض الاضطرابات النفسية والتغيرات في وظائف القلب يسلط الضوء على أهمية معالجة الصحة النفسية كجزء لا يتجزأ من اللياقة البدنية المهنية.

يوصي الباحثون بدمج إرشادات إعادة التأهيل القلبي (cardiac rehabilitation) في برامج اللياقة البدنية المهنية لضباط

الشرطة. إعادة التأهيل القلبي، التي تتضمن عادةً تمارين رياضية منظمة وتغييرات في نمط الحياة، يمكن أن تساعد في تخفيف الآثار التراكمية للضغوط المهنية على القلب والأوعية الدموية.

هذا البحث لا يقتصر تأثيره على ضباط الشرطة فقط. فهو يفتح الباب أمام فهم أعمق لكيفية تأثير الضغوط النفسية المزمنة على صحة القلب بشكل عام، ويؤكد على أهمية اتباع نهج شامل للصحة يراعي الجوانب النفسية والجسدية على حد سواء. فالقلب، كما يظهر هذا البحث، ليس مجرد مضخة ميكانيكية، بل هو عضو حساس للغاية للتغيرات في حالتنا النفسية.

Reference

Nicholas Carleton, R.N. (2026). *Associations between mental health disorder symptoms and cardiac function among Royal Canadian Mounted police cadets during the Cadet training program*. Journal of Psychiatric Research

DOI: 10.1016/j.jpsychires.2025.10.044