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 سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=118912

ARABPSYCHOLOGY.COM

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 أيضًا؟ 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 مجندًا 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 (تحديدًا، قياس مؤشر الأداء العضلي القلبي، ومؤشر الأداء الانقباضي، ووقت الاسترخاء المتساوي الحجم، ووقت القذف السريع). هذه المقاييس توفر معلومات مفصلة حول كيفية عمل القلب، بما في ذلك قدرته على الانقباض والاسترخاء بكفاءة. تم استخدام اختبارات (t-tests) لمقارنة القياسات بين المرحلتين، وتحليل الارتباط الجزئي (bootstrapped partial correlations) للتحكم في عوامل مثل العمر والجنس، وذلك لتحديد ما إذا كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التغيرات في وظائف القلب والتغيرات في أعراض الاضطرابات النفسية.

النتائج

أظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية بين التغيرات في بعض مقاييس وظائف القلب وزيادة أعراض الاكتئاب الشديد، والقلق العام، والقلق الاجتماعي. على سبيل المثال، وجد الباحثون أن التغيرات في مؤشر الأداء العضلي القلبي (وهو مقياس يعكس كفاءة انقباض القلب) ومؤشر الأداء الانقباضي (الذي يقيس كيفية امتلاء القلب بالدم) كانت مماثلة في حجمها للتغيرات في أعراض هذه الاضطرابات النفسية.

كما وجدوا أن وقت الاسترخاء المتساوي الحجم (IVRT) - وهو الوقت الذي يستغرقه القلب للاسترخاء بعد الانقباض – كان مرتبطًا بأعراض اضطراب ما بعد الصدمة. بالإضافة إلى ذلك، كان وقت القذف السريع مرتبطًا بأعراض القلق العام. من الجدير بالذكر أن هذه الارتباطات لم تظهر مع أعراض اضطراب تعاطي الكحول.

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن الضغوط النفسية الشديدة التي يتعرض لها مجندو الشرطة يمكن أن يكون لها تأثير مباشر على وظائف القلب. هذا ليس مجرد ارتباط عابر؛ بل يشير إلى أن التوتر النفسي المزمن يمكن أن يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية في القلب، مما قد يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية في المستقبل.

يقول الباحثون إن هذه النتائج تدعم فكرة دمج برامج إعادة التأهيل القلبي (cardiac rehabilitation) - والتي تتضمن عادةً تمارين رياضية منظمة وتغييرات في نمط الحياة – في برامج اللياقة البدنية المهنية لضباط الشرطة. يمكن أن تساعد هذه البرامج في تخفيف الأثر التراكمي للضغوط المهنية وتقليل خطر الإصابة بالاضطرابات النفسية وأمراض القلب على حد سواء.

ARABPSYCHOLOGY.COM

هذا البحث يفتح الباب أمام فهم أعمق للعلاقة المعقدة بين الصحة النفسية والصحة الجسدية، خاصة في المهن التي تتطلب التعرض المتكرر للأحداث الصادمة. من خلال معالجة كل من الجوانب النفسية والجسدية للصحة، يمكننا مساعدة ضباط الشرطة وغيرهم من المهنيين المعرضين للخطر على الحفاظ على صحتهم ورفاهيتهم على المدى الطويل.

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

ARABPSYCHOLOGY.COM