

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=118909>

تخيل أنك جزء من برنامج تدريبي مكثف، مصمم لإعدادك لوظيفة تتطلب أعلى مستويات الأداء البدني والعقلي. الضغط هائل، والتحديات لا تتوقف. هل يمكن أن يؤثر هذا الضغط ليس فقط على صحتك النفسية، بل أيضاً على قلبك؟ هذا هو السؤال الذي سعى باحثون للإجابة عليه في دراسة حديثة أجريت على مجندي الشرطة الملكية الكندية (RCMP).

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة نيكولاس كارلتون بتقييم صحة القلب والعقل لمجموعة من 81 مجنداً في الشرطة الملكية الكندية، 28.4% منهم من الإناث. تم جمع البيانات في مرحلتين: قبل بدء التدريب وقبل الانتشار الفعلي للعمل الميداني. 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، ركز الفريق على عدة مؤشرات رئيسية. مؤشر أداء عضلة القلب (MPI)، وهو مقياس لمدى كفاءة القلب في الانقباض والانبساط. مؤشر أداء الانبساط (DPI)، الذي يقيس قدرة القلب على الامتلاء بالدم. وقت الاسترخاء متساوي الحجم (IVRT)، وهو الفترة الزمنية التي تستغرقها البطينان (الحجرتان السفليتان من القلب) للاسترخاء قبل الانقباض التالي. وأخيراً، وقت القذف السريع (RET)، الذي يعكس سرعة إخراج الدم من القلب.

استخدم الباحثون اختبارات (t-tests) متزاوجة وتحليلات ارتباطية معززة (bootstrapped partial correlations) للتحقق من وجود علاقات بين التغيرات في وظائف القلب والتغيرات في أعراض الاضطرابات النفسية، مع الأخذ في الاعتبار عوامل مثل العمر والجنس.

النتائج

أظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية بين التغيرات في مؤشر أداء عضلة القلب، ومؤشر أداء الانبساط، ووقت الاسترخاء متساوي الحجم، والتغيرات في أعراض الاكتئاب الشديد، واضطراب القلق العام، واضطراب القلق الاجتماعي. بمعنى آخر، كلما زادت أعراض هذه الاضطرابات النفسية، كلما انخفضت كفاءة القلب في أداء وظائفه. لم يلاحظ الباحثون نفس الارتباط بالنسبة لاضطراب تعاطي الكحول.

بالإضافة إلى ذلك، وجدوا أن وقت الاسترخاء متساوي الحجم يرتبط بأعراض اضطراب ما بعد الصدمة، بينما يرتبط وقت القذف السريع بأعراض اضطراب القلق العام. هذا يشير إلى أن الضغط النفسي الشديد المرتبط بهذه الاضطرابات يمكن أن يؤثر بشكل مباشر على طريقة عمل القلب.

الدلالات

تشير هذه النتائج إلى وجود صلة وثيقة بين الصحة النفسية ووظائف القلب، خاصة في المهن التي تتطلب التعرض المتكرر لأحداث صادمة محتملة، مثل الشرطة. فالضغط النفسي المزمن يمكن أن يؤدي إلى تغيرات في وظائف القلب، مما يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية على المدى الطويل.

يقول الباحثون إن هذه الدراسة توفر مبرراً لدمج إرشادات إعادة تأهيل القلب (cardiac rehabilitation) في برامج اللياقة البدنية المهنية. فممارسة التمارين الرياضية بانتظام يمكن أن تساعد في تحسين وظائف القلب وتقليل تأثير الضغوط

المهنية المتراكمة. وهذا لا يقتصر على مجندي الشرطة، بل يمكن أن يفيد أي شخص يعمل في مهنة تتطلب مستوى عالٍ من الضغط النفسي والجسدي.

من المهم التأكيد على أن هذه الدراسة لا تثبت علاقة سببية مباشرة بين الاضطرابات النفسية وأمراض القلب. ولكنها تسلط الضوء على أهمية مراعاة الصحة النفسية كجزء لا يتجزأ من الصحة العامة، خاصة بالنسبة للعاملين في المهن عالية الخطورة. فالاستثمار في دعم الصحة النفسية يمكن أن يكون له فوائد كبيرة ليس فقط على رفاهية الأفراد، بل أيضاً على كفاءة وأداء هذه المهن الحيوية.

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](https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2025.10.044)