

علاقة النقرس بأسلوب الحياة والأمراض القلبية والعظمية والنفسية: دراسة تحليلية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). علاقة النقرس بأسلوب الحياة والأمراض القلبية والعظمية والنفسية: دراسة تحليلية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119151>

تخيل أنك تعاني من ألم مفاجئ وحاد في مفصل إصبع قدمك الكبير، يوقظك من نومك. هذا الألم، الذي يجعلك تشعر وكأن المفصل يحترق، قد يكون ناتجاً عن النقرس. النقرس، هذا المرض الالتهابي الذي عانى منه الفراعنة والفلاسفة على مر العصور، لا يزال لغزاً طبيياً معقداً. فما الذي يسبب النقرس حقاً؟ وهل هو مجرد نتيجة لتناول الأطعمة الغنية بالبيورينات (مركبات طبيعية توجد في العديد من الأطعمة) أم أن هناك عوامل أخرى تلعب دوراً؟

منهجية البحث

للإجابة على هذه الأسئلة، قام الباحثون بتحليل شامل للدراسات التي استخدمت أسلوباً إحصائياً متطوراً يُعرف بـ "التحليل العشوائي المنديلي" (Mendelian randomization). هذا الأسلوب، الذي يعتمد على دراسة الاختلافات الوراثية بين الأفراد، يسمح للعلماء بتحديد العلاقات السببية بين العوامل المختلفة (مثل نمط الحياة والأمراض) وتطور النقرس، مع تقليل تأثير العوامل المربكة (confounding factors) التي قد تشوه النتائج. قام فريق البحث، بقيادة ليو شيه هونغ، بمراجعة 88 دراسة علمية نُشرت بين عامي 2014 و 2024 في قواعد البيانات الصينية (CNKI) وقاعدة البيانات الطبية العالمية (PubMed). ركز البحث على الكلمات المفتاحية المتعلقة بالنقرس، والتحليل العشوائي المنديلي، والعلاقة السببية بين النقرس وعوامل مثل نمط الحياة، والأمراض القلبية الوعائية، وأمراض العظام، والأمراض النفسية.

نتائج البحث

أظهرت معظم الدراسات التي حللها الباحثون وجود علاقة سببية بين النقرس وعوامل متعددة. على سبيل المثال، تبين أن استهلاك الشاي والقهوة يرتبط بزيادة خطر الإصابة بالنقرس. كما وجدت الدراسات علاقة قوية بين النقرس واضطرابات التمثيل الغذائي، واضطرابات الغدد الصماء، والسمنة، وأمراض القلب والأوعية الدموية، وتكوين ميكروبيوم الأمعاء (مجموعة الكائنات الحية الدقيقة التي تعيش في الأمعاء)، ونقص بعض العناصر الغذائية الدقيقة، والتعافي من عدوى كوفيد-19 الحديثة، واضطرابات الجهاز الهيكلي، والأمراض النفسية.

ومع ذلك، لم تؤكد جميع الدراسات هذه العلاقات. على سبيل المثال، لم تجد بعض الدراسات دليلاً قاطعاً على وجود علاقة سببية بين استهلاك الكحول والنقرس، أو بين النقرس وبعض أمراض القلب والأوعية الدموية، أو اضطرابات الجهاز الهيكلي، أو الأمراض النفسية. هذا التناقض في النتائج قد يعكس تعقيد العلاقة بين النقرس وهذه العوامل، أو قد يكون ناتجاً عن الاختلافات في تصميم الدراسات أو في المجموعات السكانية التي تمت دراستها.

دلالات البحث

على الرغم من وجود بعض القيود في الدراسات التي تم تحليلها، إلا أن النتائج التي توصل إليها الباحثون تقدم فهماً أعمق لآليات تطور النقرس وعلاقته بالأمراض الأخرى. هذا الفهم المتزايد يمكن أن يساعد في تطوير استراتيجيات وقائية وعلاجية أكثر فعالية. على سبيل المثال، قد يكون من المفيد للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بالنقرس تقليل استهلاكهم للشاي والقهوة، والحفاظ على وزن صحي، وتناول نظام غذائي متوازن غني بالعناصر الغذائية الضرورية.

بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تساعد هذه النتائج في تحديد الأفراد الذين قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بمضاعفات النقرس، مثل أمراض القلب والأوعية الدموية أو أمراض الكلى. من خلال تحديد هؤلاء الأفراد في وقت مبكر، يمكن للأطباء اتخاذ خطوات استباقية لتقليل خطر حدوث هذه المضاعفات. إن البحث المستمر في هذا المجال، باستخدام أساليب متطورة مثل التحليل العشوائي المنديلي، سيساعد بلا شك في كشف المزيد من الأسرار حول هذا المرض المعقد وتقديم حلول أفضل للمرضى.

Reference

Liu, S.H. (2026). *The relationship between gout and some lifestyles, cardiovascular disease, bone disease, and psychiatric disease*. Chinese Journal of Tissue Engineering Research

DOI: [10.12307/2026.618](https://doi.org/10.12307/2026.618)

ARABPSYCHOLOGY.COM