

TÍNH CÁCH CỦA CHỒNG (HOẶC VỢ) CÓ THỂ NGUY HIỂM ĐẾN SỨC KHỎE CỦA BẠN

Theo một danh sách dài những điều cần xem xét khi chọn bạn đời thì hiện có một bằng chứng cho thấy rằng tính cách người bạn đời của bạn có thể ảnh hưởng lớn đến khả năng bình phục - hay thậm chí có lẽ là khả năng sống sót của chính bạn - qua một th&ac

Đó là một phát hiện rút ra từ một cuộc nghiên cứu của một đội nghiên cứu bao gồm John M. Ruiz-phó giáo sư tâm lý học của trường Đại học bang Washington, Karen A. Matthews và Richard Schulz của trường Đại học Pittsburgh và Michael F. Scheier với trường Đại học Carnegie Mellon.

Nghiên cứu này liên quan đến 111 bệnh nhân giải phẫu động mạch vành ở tim và bạn đời của họ. Các nhà nghiên cứu đánh giá những khía cạnh về tính cách, các triệu chứng của sự suy nhược và sự thỏa mãn trong đời sống hôn nhân của mỗi bệnh nhân và người bạn đời của họ trước và 18 tháng sau khi phẫu thuật.

Phát hiện chủ yếu là ở những cặp vợ chồng này, tính cách của một người đã dự đoán mức độ suy nhược của người bạn đời 18 tháng sau đó. Kết quả nghiên cứu được công bố trong số mới nhất của Tập san Personality and Social Psychology (Tính cách và tâm lý xã hội).

Ruiz nói: "Chúng ta đã biết trong một khoảng thời gian nào đó rằng tính cách và tâm trạng của bệnh nhân trước ca phẫu thuật ảnh hưởng đến sự bình phục về tinh thần và thể chất sau ca phẫu thuật đó. Chúng ta cũng biết rằng tính cách và tâm trạng của người bạn đời có thể ảnh hưởng đến chúng ta trong thời gian ngắn. Điều mà nghiên cứu này chứng minh đó là những đặc điểm về tính cách của người bạn đời cũng là những yếu tố quyết định sự bình phục lâu dài về tình cảm và thể chất của bản thân bạn từ một thử thách lớn về sức khỏe."

Nghiên cứu chứng minh rằng một bệnh nhân kết hôn với một người thường rối loạn thần kinh hay lo âu thì 18 tháng sau phẫu thuật có nhiều khả năng thông báo về những triệu chứng suy nhược hơn.

(Ảnh minh họa)

Ông cho biết: "Nói cách khác, tính cách của người bạn đời - hoàn toàn độc lập với tính cách của

chính bệnh nhân - đã cho thấy một ảnh hưởng lớn đến việc bệnh nhân cảm thấy như thế nào và tiến triển tốt như thế nào khi hồi phục.”

Suy nhược là một mối quan tâm lớn trong việc điều trị những bệnh nhân tim vì nó ngày càng được thừa nhận là một nhân tố nguy hiểm đáng kể gây ra những cơn đau tim và tử vong.

“Nghiên cứu của chúng tôi cho thấy có một khả năng dễ dàng nhận ra đó là tính cách của người bạn đời có thể làm tăng sự suy nhược, sau đó sẽ dẫn đến những kết quả xấu về thể chất. Đó là một vấn đề mà chúng tôi sẽ xem xét khi tiếp tục theo sát những bệnh nhân này và là một phần của những nghiên cứu mới ở đây tại trường Đại học Washington.”

Nghiên cứu cũng tập trung vào vấn đề người bạn đời của bệnh nhân đối mặt như thế nào trong suốt quá trình nghiên cứu.

Ruiz nói: “Những người chồng (hoặc vợ) thường là một nguồn chăm sóc hàng ngày chủ yếu và đảm nhận nhiều vai trò mà có lẽ là hai vợ chồng trước đây cùng chia sẻ. Chúng tôi phát hiện ra rằng cùng những kết quả thấy ở những bệnh nhân cũng ứng với người bạn đời của họ. Những người bạn đời chăm sóc một người thường rối loạn thần kinh và hay lo âu thì có nhiều khả năng báo cáo về những triệu chứng suy nhược cũng như những mức độ cao về gánh nặng chăm sóc và trạng thái căng thẳng một năm rưỡi sau đó.”

Ông cho biết: “Chúng tôi không thực sự hiểu mà một người chồng (hoặc vợ) với những nét tính cách tiêu cực này đang làm điều gì để gây ra sự suy nhược này đối với người bạn đời của họ. Có phải họ đang tạo ra căng thẳng nhiều hơn, ít giúp đỡ hoặc đè nặng lên người mà đang có một khoảng thời gian khó khăn với những nhu cầu của chính họ? Đó là một vấn đề cần phải được nghiên cứu nhiều hơn.”

Ruiz ghi nhận là không phải tất cả các phát hiện đều tiêu cực. Sự lạc quan ở người chồng (hoặc vợ) có vẻ như mang lại những lợi ích cho người bạn đời.

“Những người chồng (hoặc vợ) chăm sóc một bệnh nhân lạc quan, tương phản với người bị quan cho thấy ít có những triệu chứng suy nhược hơn, ít gánh nặng và căng thẳng hơn nhiều sau một khoảng thời gian.”

Nhưng Ruiz chỉ ra rằng chúng ta khó mà giúp đỡ khi nói đến tính cách của vợ (hoặc chồng) của chúng ta và cách mà nó ảnh hưởng lên chúng ta. Ông nói là có một “lớp bạc mỏng” trong những phát hiện mà đề xuất rằng mức độ thỏa mãn của một người về hôn nhân của họ là một ảnh hưởng chủ yếu.

“Kết hôn với một người rối loạn thần kinh và hay lo âu thì chỉ có hại đối với những người không hạnh phúc trong hôn nhân”, Ruiz nói. “Đối với những người hạnh phúc trong hôn nhân, sự rối loạn thần kinh của chồng (hoặc vợ) dường như ít có ảnh hưởng. Vì thế những phát hiện trên không những làm nổi bật tầm quan trọng của tính cách trong hôn nhân và sức khỏe mà còn ủng hộ khái niệm ‘tình yêu chinh phục tất cả’.”

