

Cardiovascular Risk Factors in Obese and Non-obese Postmenopausal Women

(English):

This study examined the heart health of post-menopausal women, comparing those who were overweight or obese to those with a healthy weight. It found that women with a higher body weight had worse cholesterol levels and higher blood pressure, both of which increase the risk of heart disease. The results highlight that obesity after menopause can seriously affect heart health. The study suggests that maintaining a healthy lifestyle and weight is very important for women after menopause to reduce their risk of heart-related problems.

سادہ اردو خلاصہ:

اس تحقیق میں ان خواتین کی دل کی صحت کا موازنہ کیا گیا جو سن یاس (مینوپاز) کے بعد موٹاپے یا زائد وزن کا شکار تھیں اور ان خواتین سے جو مناسب وزن رکھتی تھیں۔ نتائج سے معلوم ہوا کہ جن خواتین کا وزن زیادہ تھا، ان کا کولیسٹرول زیادہ خراب تھا اور ان کا بلڈ پریشر بھی زیادہ تھا، جو دل کی بیماریوں کا خطرہ بڑھا دیتے ہیں۔ تحقیق سے یہ واضح ہوتا ہے کہ مینوپاز کے بعد موٹاپا خواتین کی دل کی صحت پر منفی اثر ڈال سکتا ہے۔ اس لیے وزن کو قابو میں رکھنا اور صحت مند طرز زندگی اپنانا دل کی بیماریوں سے بچاؤ کے لیے بہت ضروری ہے۔