



Osam je krvnih grupa, a izuzetno je važno znati koja je vaša jer vam može vam spasiti život, a i pomoći da preduhitrite neka stanja i zdravstvene probleme. Četiri su glavne krvne grupe: A, B, O te AB, a ukupno ih je osam, kad se pribroje i Rh faktor (A+, A-, B+, B-, O+, O-, AB+ ili AB-). Stručnjaci smatraju kako vam krvna grupa može otkriti kojim ste bolestima skloniji.

Dобра je vijest za osobe s krvnom grupom 0 da je njihov rizik nizak za razvoj bolesti srca, ako je vjerovati istraživanjima. Stručnjaci ne znaju razlog no postoji mišljenje kako je moguće da su ostale krvne grupe povezane s višim razinama kolesterola te proteina koji su povezani s nastankom krvnih ugrušaka.

## **Krvne grupe i Rh faktori**

Rak želuca

A, AB, i B krvna grupe su podložnije ovoj bolesti od grupe 0. Posebno se to odnosi na grupu A kod koje je najčešći. Istraživači misle da je moguće da se radi o infekciji H. Pilori bakterijom koja se češće javlja kod grupe A. Ta se bakterija često nalazi u trbuhu i može uzrokovati upale i čireve.

### Rak gušterače

Ako ste grupa A, AB, ili B imate veći rizik od razvoja ove bolesti. Molekule u krvi grupe A i B pomažu bakteriji H. Pilori da raste i razvija se u crijevima što povećava rizik od obolijevanja.

### Stres

Stres povećava razinu kortizola u krvi. Osobe koje imaju krvnu grupu A imaju i povišene razine kortizola pa su sklonije stresu.

### Pamćenje

Nedavna studija pokazala je da najčešće probleme s pamćenjem imaju ljudi s AB krvnom grupom.

### Ulkus

Ulkus (čir) na želucu je vrlo bolan i neugodan, a češće pogoda ljudi s krvnom grupom 0.

### Krvni ugurušci

Venska tromboza je stvaranje ugrušaka u dubinskim venama. Istraživanja pokazuju kako osobe koje imaju A, B ili AB grupu imaju i veće šanse da im se dogodi ovaj problem.

### Duljina života

Šanse da ćete živjeti dulje imaju oni s krvnom grupom 0. Stručnjaci misle kako je to posljedica smanjenog rizika od bolesti srca i krvnih žila. Ako vam dijeta nikako ne uspijeva, prema svojoj krvnoj grupi birajte namirnice, začine i vježbanje.

### Plodnost

Jedna studija pokazala je da su žene s krvnom grupom 0 sklonije imati smanjeni broj zdravih jajnih stanica, no to je daleko od dokazanog.

### Dijabetes

Dijabetes tip 2 se češće događa osobama s krvnom grupom A i B, a stručnjaci nisu sigurni zašto te smatraju da je potrebno još istraživanja.

### Moždani udar

Rizik od moždanog udara raste ako imate krvnu grupu AB. Liječnici misle da je to posljedica podložnosti razvijanja krvnih ugrušaka.

## VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}