

Πράσινο τσάι και βελτίωση εγκεφαλικής λειτουργίας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[prasino-tsai-kai-veltiosi-egefalikis-leitourgias](#)

Το σύνδρομο Down είναι μια γενετική πάθηση με μεγάλη συχνότητα. Στις Η.Π.Α. αποτελεί την πιο διαδεδομένη γενετική διαταραχή.

Η επιστημονική κοινότητα αναζητά τρόπους και μηχανισμούς βελτίωσης της νοητικής κατάστασης ατόμων με το εν λόγω σύνδρομο.

Προς την κατεύθυνση αυτή βρέθηκε ότι ένα ρόφημα που καταναλώνεται σε ευρεία κλίμακα, το πράσινο τσάι, μπορεί να βοηθήσει. Σύμφωνα με νέα μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο διεθνές επιστημονικό περιοδικό The Lancet Neurology, μια ένωση που βρίσκεται στο πράσινο τσάι η επιγαλοκατεχίνη φαίνεται να βελτιώνει τη γνωστική λειτουργία ατόμων με σύνδρομο Down. Η συγκεκριμένη ουσία ανήκει στη κατηγορία των πολυφαινολών, οι οποίες από μελέτες έχει φανεί ότι προστατεύουν τον οργανισμό από τη κυτταρική βλάβη που μπορεί να προκληθεί από μια ασθένεια.

Στην εν λόγω μελέτη συμμετείχαν 84 άτομα ηλικίας 16-34 ετών με σύνδρομο Down, τα οποία χωρίστηκαν σε δύο ομάδες : την ομάδα που λάμβανε ένα εικονικό φάρμακο και μια άλλη που λάμβανε πράσινο τσάι χωρίς καθόλου καφεΐνη και περιείχε υψηλές συγκεντρώσεις επιγαλοκατεχίνης για 12 μήνες. Με βάση τα γνωστικά τεστ που υποβλήθηκαν και την απεικόνιση του εγκεφάλου στους τρεις , έξι και δώδεκα κατά τη διάρκεια και έξι μήνες μετά τη θεραπεία, διαπιστώθηκε ότι εκείνοι που έλαβαν τη θεραπεία με το πράσινο τσάι πετύχαν πολύ καλύτερα σκορ στα γνωστικά τεστ.

Συγκεκριμένα φάνηκε βελτίωση στην ικανότητα να θυμούνται και να διακρίνουν διαφορετικά αντικείμενα και στην ικανότητα να χρησιμοποιούν τις κοινωνικές και πρακτικές δεξιότητες στις καθημερινές τους λειτουργίες. Η εν λόγω μελέτη ανοίγει το δρόμο για περαιτέρω διερεύνηση μηχανισμών που θα μπορούσαν να βοηθήσουν στη βελτίωση της ποιότητας ζωής ατόμων με σύνδρομο Down με φυσικό τρόπο.

Από την Κατερίνα Κουρουπάκη, επιστημονική συνεργάτη neadiatrofis.gr