10 Οκτωβρίου 2016

Αλτσχάιμερ: 4 λιγότερο γνωστοί παράγοντες κινδύνου που πιθανώς αγνοείτε

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





Οι 4 άγνωστες αιτίες που προκαλούν το αλτσαχάϊμερ

Η νόσος Αλτσχάιμερ είναι η πιο διαδεδομένη μορφή άνοιας και σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας επηρεάζει περίπου 50 εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο.

Κάθε χρόνο διαγιγνώσκονται 7,7 εκατ. νέα κρούσματα. Ένας από τους βασικούς παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση της νόσου Αλτσχάιμερ είναι το γήρας, ενώ μέχρι σήμερα δεν υπάρχει κανένας τρόπος για να αποτραπεί η εμφάνισή της ούτε και καμία αποτελεσματική θεραπεία για τα συμπτώματα της νόσου, που περιλαμβάνουν απώλεια της μνήμης, έλλειψη προσανατολισμού, αλλά και έντονο άγχος και επιθετικότητα.
Ωστόσο αξίζει να σημειωθεί ότι ο θάνατος επέρχεται από τις επιπλοκές της νόσου, όπως οι λοιμώξεις ή ο υποσιτισμός.

Στους ασθενείς με Αλτσχάιμερ, η βήτα αμυλοειδής πρωτεΐνη δημιουργεί πλάκες που συσσωρεύονται στο εγκέφαλο. Η ανωμαλία αυτή που είναι χαρακτηριστική της νόσου, ευθύνεται για τη δραστηριοποίηση των πρωτεϊνών SIRT1 που επηρεάζουν το μεταβολισμό και τη γήρανση. Η αύξηση των αμυλοειδών πλακών σχετίζεται με επιδείνωση της νόσου. Αυτό που είναι λιγότερο σαφές είναι τι προκαλεί τη συσσώρευση αυτών των πρωτεϊνών.

Όλο και περισσότερες μελέτες αποκαλύπτουν ότι οι αιτίες της νόσου υπερβαίνουν τη γενετική προδιάθεση και τις ανθυγιεινές συνήθειες.

Κάποια ασυνήθιστα και λιγότερο γνωστά αίτια είναι τα εξής:

Χτυπήματα στο κεφάλι

Μετά από ένα χτύπημα στο κεφάλι πολλοί τραυματίες εμφανίζουν προσωρινά προβλήματα μνήμης. Πρόσφατη επιστημονική μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ένας σοβαρός τραυματισμός στο κεφάλι (από κάποια πτώση ή από τροχαίο) μπορεί να σχετίζεται με την εμφάνιση άνοιας. Τα νοητικά/γνωστικά τεστ έδειξαν ότι τα άτομα με παλιό τραύμα στο κεφάλι, έχουν χειρότερες επιδόσεις (στην ταχύτητα σκέψης, στην προσοχή, στη συγκέντρωση κ.α.), σε σχέση με τους συνομηλίκους τους, που δεν είχαν ποτέ τέτοιο τραύμα. Αυτό δείχνει ότι, παρά την ανάκαμψή τους μετά τον τραυματισμό, ο εγκέφαλός τους δεν λειτουργεί, πλέον, το ίδιο καλά όπως πριν, αλλά εμφανίζει σημάδια άνοιας.

Έρευνα από το Πανεπιστήμιο του Cambridge έδειξε επίσης ότι οι ποδοσφαιριστές ή οι μποξέρ, καθώς και άτομα που δέχονται επαναλαμβανόμενα κτυπήματα στο κεφάλι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να εκδηλώσουν Αλτσχάιμερ.

Κακός ύπνος

Ο κακός ύπνος, τόσο σε διάρκεια, όσο και σε ποιότητα, επιταχύνει τη φθορά του εγκεφάλου μας και επισπεύδει την εμφάνιση της άνοιας και του Αλτσχάιμερ. Μελέτες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι που κοιμούνται λιγότερο από 5 ώρες το βράδυ ή πάσχουν από υπνική άπνοια, είχαν υπερδιπλάσιες πιθανότητες να εμφανίσουν τα συμπτώματα ήπιας άνοιας τα επόμενα πέντε χρόνια. Όσοι είχαν μεγαλύτερη αϋπνία, είχαν γενικά χειρότερες επιδόσεις στα γλωσσικά και νοητικά τεστ.

Μοναξιά

Η μοναξιά και η απώλεια της όρεξης μπορεί να συμβάλει στην εμφάνιση Αλτσχάιμερ υποστηρίζει μια ομάδα ερευνητών από τις ΗΠΑ, οι οποίοι βρήκαν ότι τα καταθλιπτικά συμπτώματα -όπως το αίσθημα της μοναξιάς- μπορεί να συνδέονται με προβλήματα μνήμης (ήπια γνωστική εξασθένηση).
Η ταχεία μείωση των δεξιοτήτων σκέψης και μνήμης που συνδέονται με την ήπια γνωστική εξασθένιση, η οποία είναι γνωστό ότι συμβάλλει στην εμφάνιση Αλτσχάιμερ, είναι πιο έντονη μεταξύ των ηλικιωμένων ατόμων που υποφέρουν από κατάθλιψη.

Αυξημένη δοσολογία φαρμάκων

Διάφορα υπνωτικά και άλλα κοινά φάρμακα, όπως αντιαλλεργικά – αντισταμινικά, ουρολογικά και αντικαταθλιπτικά, ορισμένα από τα οποία δίνονται χωρίς συνταγή γιατρού, μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο για άνοια και Αλτσχάιμερ, αν λαμβάνονται επί μεγάλο χρονικό διάστημα και σε μεγάλες δόσεις, σύμφωνα με αμερικανική επιστημονική έρευνα. Η έρευνα που έγινε από επιστήμονες του Πανεπιστημίου της Ουάσινγκτον έδειξε ότι φάρμακα που έχουν αντιχολινεργική δράση, όταν χορηγούνται σε μεγάλες δόσεις και για πολύ καιρό, φαίνεται να αυξάνουν τον νευρολογικό κίνδυνο. Ο κίνδυνος αυξάνεται όσο αυξάνεται η δοσολογία και μάλιστα μπορεί να είναι μη αναστρέψιμος, δηλαδή να συνεχίζεται ακόμη κι αν κανείς σταματήσει τα φάρμακα αυτά.

Πηγή: onlycy.com