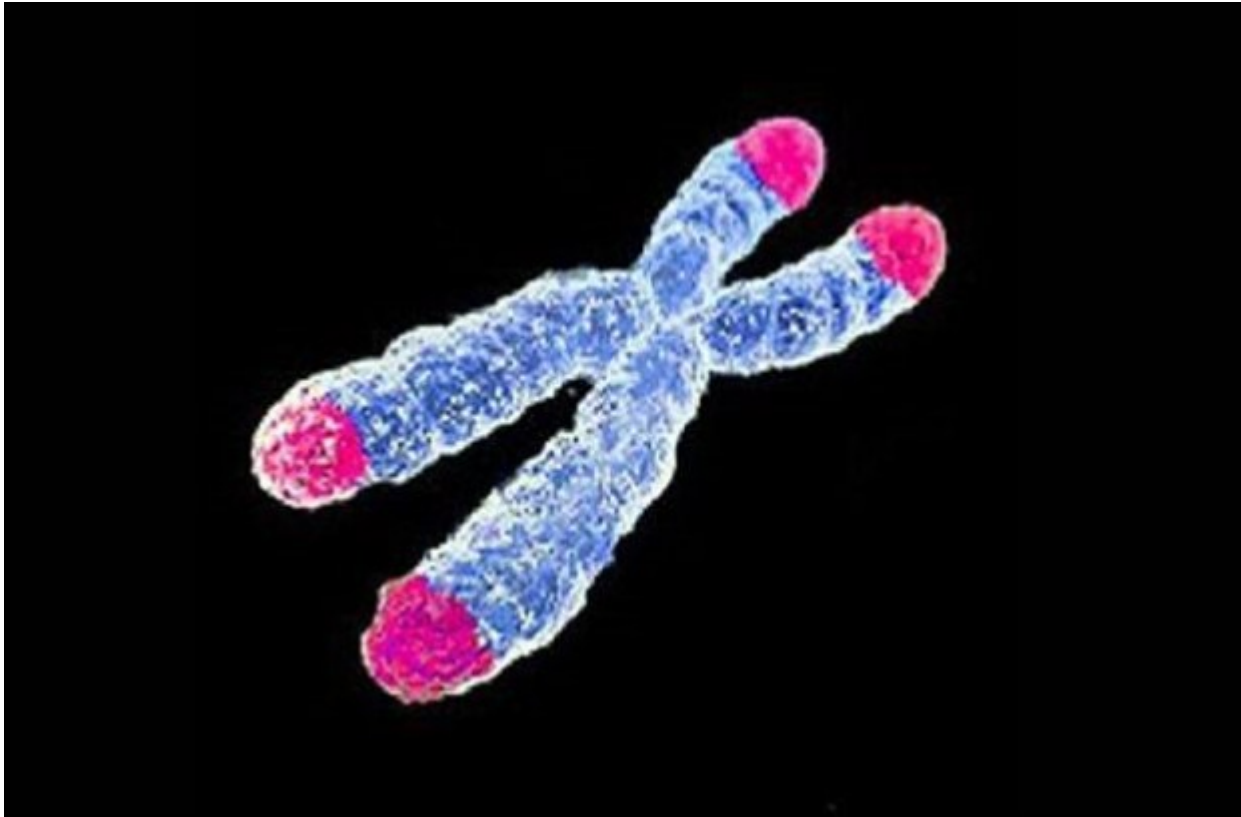


## Η κατάθλιψη επιταχύνει τη γήρανση

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



*Η μελέτη εξέτασε τελομερή, προστατευτικές δομές στα άκρα των χρωμοσωμάτων οι οποίες κονταίνουν καθώς το κύτταρο γερνά*

Η μείζων κατάθλιψη οδηγεί σε μείωση του μήκους των τελομερών

Η μείζων κατάθλιψη οδηγεί σε μείωση του μήκους των τελομερών, ενός βιολογικού δείκτη που σχετίζεται με τη νεότητα των κυττάρων, δείχνει μια σχετικά μεγάλη μελέτη ψυχιάτρων στην Ολλανδία.

Η έρευνα, η οποία δημοσιεύεται στο «Molecular Psychiatry», μια επιθεώρηση του ομίλου Nature, έρχεται να προστεθεί σε προηγούμενα ευρήματα για τις επιπτώσεις της κατάθλιψης στην υγεία.

### **Κίνδυνος για πλήθος νόσων**

«Οι ασθενείς με μείζονα καταθλιπτική διαταραχή αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο σωματικών ασθενειών που σχετίζονται με τη γήρανση, όπως οι καρδιοπάθειες, ο διαβήτης, η παχυσαρκία και ο καρκίνος» υπενθυμίζουν οι ερευνητές στη δημοσίευσή τους.

Παραμένει ωστόσο ασαφές αν ο αυξημένος κίνδυνος για αυτές τις ασθένειες

οφείλεται στην ίδια την κατάθλιψη, ή σε παράγοντες όπως το κάπνισμα, η κατάχρηση αλκοόλ ή άλλες παράμετροι του τρόπου ζωής που επηρεάζονται από την πεσμένη διάθεση.

Οι ερευνητές του Ελεύθερου Πανεπιστημίου στο Άμστερνταμ θεωρούν πάντως πιθανότερο να «υπάρχουν μηχανισμοί ταχύτερης βιολογικής γήρανσης μεταξύ των ασθενών με κατάθλιψη», όπως γράφουν στην αρχή της μελέτης. Και τα ευρήματά τους συνηγορούν σε αυτή την υπόθεση.

Η δρ Τζόσιν Βερχόβεν και οι συνεργάτες της ανέλυσαν δεδομένα για 1.095 ασθενείς που υπέφεραν από μείζονα κατάθλιψη κατά την έναρξη της μελέτης, 802 άτομα που είχαν εμφανίσει μείζονα κατάθλιψη παλαιότερα και 510 εθελοντές που δεν είχαν ποτέ νοσήσει από κατάθλιψη και αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου.

### **Κοντύτερα τελομερή**

Η ανάλυση έδειξε ότι οι δύο πρώτες ομάδες εμφάνισαν μείωση του μήκους των τελομερών, δομών που προστατεύουν τα άκρα των χρωμοσωμάτων σε όλα τα ανθρώπινα κύτταρα. Το μήκος των τελομερών μειώνεται με κάθε κυτταρική διαίρεση και θεωρείται δείκτης κυτταρικής γήρανσης, χωρίς ωστόσο να έχει απόλυτη προβλεπτική ισχύ για τη διάρκεια ζωής.

Η μείωση του μήκους των τελομερών ήταν μεγαλύτερη σε όσους έπασχαν από κατάθλιψη για περισσότερο καιρό ή υπέφεραν από εντονότερα συμπτώματα, επισημαίνουν οι ερευνητές.

Σημαντική είναι όμως και η διαπίστωση ότι η σχέση της κατάθλιψης με το μειωμένο μήκος των τελομερών παρέμενε στατιστικά σημαντική ακόμα και όταν οι ερευνητές έλαβαν υπόψη τους παράγοντες όπως το κάπνισμα και η κατανάλωση αλκοόλ. Αυτό αποτελεί ένδειξη (αλλά όχι απόδειξη) ότι η κυτταρική γήρανση προκαλείται από την ίδια την κατάθλιψη και όχι από παράγοντες του τρόπου ζωής που επηρεάζονται από την κατάθλιψη.

### **Αρκετά επιπλέον χρόνια βιολογικής γήρανσης**

«Η μεγάλη αυτή μελέτη προσφέρει πειστικές ενδείξεις ότι η κατάθλιψη σχετίζεται με αρκετά επιπλέον χρόνια βιολογικής γήρανσης, ιδιαίτερα στους ασθενείς με τα εντονότερα και πιο χρόνια συμπτώματα» καταλήγει η μελέτη.

Ο μηχανισμός του φαινομένου παραμένει ουσιαστικά άγνωστος, αν και δεν αποκλείεται να συνδέεται με το στρες που μπορεί να προκαλέσει η κατάθλιψη.

Άγνωστο παραμένει επίσης το αν η διαδικασία μπορεί να αναστραφεί.

*Βαγγέλης Πρατικάκης*

**Πηγή:** [tovima.gr](http://tovima.gr)