11 Ιουλίου 2014

Γιατί το stress αυξάνει τον κίνδυνο για την καρδιά

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Μία ομάδα Αμερικανών επιστημόνων κατάφερε να εξηγήσει γιατί το χρόνιο στρες είναι καταστροφικό για το καρδιαγγειακό σύστημα.

Σύμφωνα με τα ευρήματα της έρευνάς τους, που δημοσιεύεται στο ιατρικό περιοδικό «Nature Medicine», το στρες προκαλεί μόνιμη υπερδιέγερση στο ανοσοποιητικό σύστημα, με συνέπεια να υπερπαράγονται λευκά αιμοσφαίρια, προκαλώντας χρόνια φλεγμονή στις αρτηρίες.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον βιολόγο Ματίας Νάρεντορφ της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ και του Γενικού Νοσοκομείου της Μασαχουσέτης, μελέτησαν 29 άτομα που εργάζονταν σε μονάδα εντατικής θεραπείας νοσοκομείου υπό συνθήκες μόνιμου στρες.

Η ανάλυση δειγμάτων αίματος εν ώρα δουλειάς έδειξε σαφώς περισσότερα λευκά κύτταρα σε σχέση με την ανάλυση του αίματός τους εκτός δουλειάς, όταν το στρες τους ήταν μικρότερο.

Επίσης, οι ερευνητές έκαναν πειράματα με ποντίκια. Όπως στην περίπτωση των ανθρώπων, έτσι και στα πειραματόζωα διαπιστώθηκε ότι υπήρχε παραγωγή μεγάλων ποσοτήτων λευκοκυττάρων, όταν αυτά βρίσκονταν σε στρες.

Αν ιδίως προϋπήρχε συσσώρευση αθηρωματικής πλάκας στις αρτηρίες και αρτηριοκλήρυνση, τότε η πρόσθετη φλεγμονή, λόγω της αύξησης των λευκών κυττάρων, αύξανε τον κίνδυνο θρόμβωσης από αποκόλληση ενός τμήματος της πλάκας.

Είναι γνωστό, εδώ και καιρό, ότι το στρες φθείρει το καρδιαγγειακό σύστημα, ωστόσο δεν υπήρχε άμεση βιολογική σχέση ανάμεσα σε αυτά τα δύο, κάτι που φαίνεται να πετυχαίνει για πρώτη φορά τόσο καθαρά η νέα μελέτη.

Μάλιστα, όσο πιο μεγάλη φλεγμονή προκαλείται, λόγω του στρες, σε μία αρτηρία ήδη επιβαρυμένη λόγω της αρτηριοσκλήρυνσης, τόσο αυξάνεται ο κίνδυνος δημιουργίας θρόμβου που φράζει την αρτηρία.

Οι επιστήμονες, πάντως, επισήμαναν ότι το χρόνιο στρες είναι μόνο ένας παράγων καρδιαγγειακού κινδύνου ανάμεσα σε άλλους, όπως η υψηλή χοληστερόλη και αρτηριακή πίεση, το κάπνισμα και η γενετική προδιάθεση. Αν άλλοι παράγοντες προϋπάρχουν, το στρες μπορεί να δράσει σαν τη «σταγόνα που ξεχειλίζει το ποτήρι», όπως είπε ο Νάρεντορφ, ο οποίος ευελπιστεί ότι η έρευνά του μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη νέων φαρμάκων, που θα βοηθούν στην πρόληψη των καρδιαγγειακών προβλημάτων.

Πηγή: onmed.gr