30 Αυγούστου 2014

Οι 5 αισθήσεις φανερώνουν σοβαρά προβλήματα υγείας

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Φωτο:coolhunting.com

Δε χρειάζονται μαντικές ικανότητες για να προβλέψουμε την πορεία της υγείας μας, αλλά μόνο οι πέντε αισθήσεις μας.
Πολλές φορές δεν το συνειδητοποιούμε, αλλά δεκάδες παθήσεις και σοβαρές ασθένειες ξεκινούν να εκδηλώνονται με ανεπαίσθητες μεταβολές. Γνωρίζοντας ποια είναι τα σημάδια που πρέπει να προσέξουμε, μπορούμε να εντοπίσουμε το πρόβλημα νωρίς και να δράσουμε άμεσα.
1. Ακοή

Η μερική απώλεια ακοής συνδέεται με το διαβήτη. Τα άτομα που πάσχουν από το μεταβολικό σύνδρομο αντιμετωπίζουν διπλάσιο κίνδυνο να χάσουν εν μέρει την ακοή τους, σύμφωνα με ερευνητές από το Πανεπιστήμιο Νιιγκάτα της Ιαπωνίας. Μάλιστα, οι διαβητικοί κάτω των 60 ετών είναι πιο πιθανό να αντιμετωπίσουν προβλήματα ακοής σε σύγκριση με τους ασθενείς μεγαλύτερης ηλικίας. Τα προβλήματα αυτά οφείλονται στα αυξημένα επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα, τα οποία είναι πιθανό να προκαλέσουν βλάβες στα αιμοφόρα αγγεία των αυτιών.

2. Όραση

Τα αιμοφόρα αγγεία του ματιού παρέχουν σημαντικές πληροφορίες για την κατάσταση του εγκεφάλου. Ερευνητές από το αμερικανικό Πανεπιστήμιο Ντιουκ διαπίστωσαν ότι τα άτομα που διαθέτουν πιο πλατιά αιμοφόρα αγγεία στα μάτια πέτυχαν χαμηλότερες βαθμολογίες στα τεστ IQ. Οι φλέβες των ματιών μοιάζουν ως προς το μέγεθος, τη δομή και τη λειτουργία τους με τα αιμοφόρα αγγεία του εγκεφάλου κι έτσι τα μάτια μπορεί να υποδείξουν τα πρώτα σημάδια νοητικής κατάπτωσης αρκετά χρόνια πριν την εκδήλωση της άνοιας. Ο οφθαλμίατρος είναι αυτός που μπορεί να εντοπίσει πιθανώς ανησυχητικές μεταβολές.
3. Όσφρηση

Η αδύναμη όσφρηση αποτελεί ένα από τα πρώιμα σημάδια του Αλτσχάιμερ, σύμφωνα με το Αμερικανικό Ινστιτούτο Νευρολογικών Διαταραχών (NINDS). Μελέτη που πραγματοποίησαν οι ερευνητές σε ποντίκια έδειξε ότι τα πειραματόζωα που διέθεταν μεγαλύτερες ποσότητες πρόδρομης αμυλοειδούς πρωτεΐνης, η οποία παίζει βασικό ρόλο την εξέλιξη του Αλτσχάιμερ, παρουσίαζαν εκτενέστερες βλάβες στα νευρικά κύτταρα της μύτης. Οι μεταβολές που παρατηρούνται στο οσφρητικό σύστημα λόγω του Αλτσχάιμερ είναι παρόμοιες με αυτές που συμβαίνουν στον εγκέφαλο, όμως στο οσφρητικό σύστημα εντοπίζονται νωρίτερα.
4. Γεύση

Η κακοσμία του στόματος αποτελεί ένδειξη ουλίτιδας ή περιοδοντίτιδας, παθήσεις που συνδέονται με τη στυτική δυσλειτουργία. Ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Μαλάτειας στη Τουρκία διαπίστωσαν ότι οι άνδρες 30 έως 40 ετών που εκδηλώνουν φλεγμονές στα ούλα αντιμετωπίζουν τριπλάσιο κίνδυνο να εμφανίσουν προβλήματα στυτικής δυσλειτουργίας. Η σχέση της στοματικής υγείας και των σεξουαλικών επιδόσεων εξηγείται πιθανότατα από την κατάσταση του αγγειακού συστήματος. Η στύση επιτυγχάνεται όταν ο εγκέφαλος αντιλαμβάνεται το σεξουαλικό ερέθισμα, επιφέροντας τη χαλάρωση των μυών των γεννητικών οργάνων και ενισχύοντας τη ροή του αίματος στους αντίστοιχους ιστούς. Επειδή η περιοδοντίτιδα συνοδεύεται από μείωση της ελαστικότητας του ενδοθηλιακού τοιχώματος των αιμοφόρων αγγείων, είναι πιθανό να συνδέεται με τη στυτική δυσλειτουργία. Συνέπεια της περιοδοντίτιδας είναι η δυσλειτουργία του αγγειακού συστήματος στο σύνολό του, βασική αιτία της στυτικής δυσλειτουργίας.
5. Αφή και δέρμα

Η όψη της επιδερμίδας μπορεί να υποδείξει τον κίνδυνο καρδιοπάθειας, σύμφωνα με ερευνητές από το Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο της Κοπεγχάγης. Τα συνηθέστερα σημάδια της γήρανσης – όπως τα γκρίζα μαλλιά, οι ρυτίδες αλλά και

η συσσώρευση χοληστερόλης στα βλέφαρα – είναι ενδεικτικά του αυξημένου κινδύνου καρδιαγγειακών επιπλοκών.

Πηγή: onmed.gr