



Θέλετε να αποφύγετε τις

ιώσεις; Αν ναι, φροντίστε να αναπνέετε μέσα στο κασκόλ σας όταν βγαίνετε από το σπίτι, ώστε να διατηρείτε τη μύτη σας ζεστή, συνιστούν επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο Γέιλ.

Οι επιστήμονες ανακάλυψαν ότι οι χαμηλές θερμοκρασίες δυσχεραίνουν την καταπολέμηση του ιού που είναι υπεύθυνος για τις μισές ιώσεις (κρυολογήματα) των ενηλίκων και για σχεδόν όλες των παιδιών.

Ο ιός αυτός είναι ο ρινοϊός, ο οποίος αποτελεί επίσης κύρια αιτία εξάρσεως του άσθματος.

Το εύρημα αυτό ενισχύει την διαχρονική σύσταση «κουκουλώσου για να μην κρυώσεις», την οποία πολλοί επιστήμονες απέρριπταν έως τώρα, υποστηρίζοντας ότι ο βήχας και το συνάχι δεν προκαλούνται από το κρύο καθ' εαυτό, αλλά από το ότι μας αναγκάζει να μένουμε σε κλειστούς χώρους γεμάτους ανθρώπους.

Στη νέα μελέτη, που δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «PNAS», οι επιστήμονες εξέτασαν πόσο καλά αναπτύσσεται και πολλαπλασιάζεται ο ρινοϊός στα κύτταρα, όταν αυτά εκτίθενται σε διαφορετικές θερμοκρασίες.

Έναυσμα για τη μελέτη τους αποτέλεσε η παρατήρηση ότι τα περισσότερα στελέχη του ρινοϊού αναπαράγονται καλύτερα στις ψυχρότερες συνθήκες της

μύτης απ' ό,τι στο θερμό περιβάλλον των πνευμόνων, με αποτέλεσμα να προκαλούν λοιμώξεις μόνο στο ανώτερο τμήμα του αναπνευστικού συστήματος (από τον λαιμό και πάνω, δηλαδή).

Όπως διαπίστωσαν οι ερευνητές, ο ρινοϊός αναπαράγεται θαυμάσια στις θερμοκρασίες των 33 βαθμών Κελσίου που είθισται να επικρατούν στο εσωτερικό της μύτης, αλλά όχι στους 37 βαθμούς Κελσίου των πνευμόνων.

Αυτό οφείλεται στο ότι στους 33 βαθμούς η ανοσοποιητική αντίδραση του οργανισμού είναι μειωμένη, οπότε δεν μπορεί πλέον να διατηρήσει αδρανή τον ρινοϊό ο οποίος ανά πάσαν στιγμή υπάρχει στη μύτη του ενός στους πέντε ανθρώπους.

Επομένως, αν ένας άνθρωπος που φέρει τον ιό, βγει έξω στο κρύο με ακάλυπτη μύτη, μπορεί κάλλιστα να επιστρέψει στο σπίτι του με ίωση, λένε οι ερευνητές.

Επιμέλεια: Ρούλα Τσουλέα

Πηγή : Web Only- geia.tanea.gr