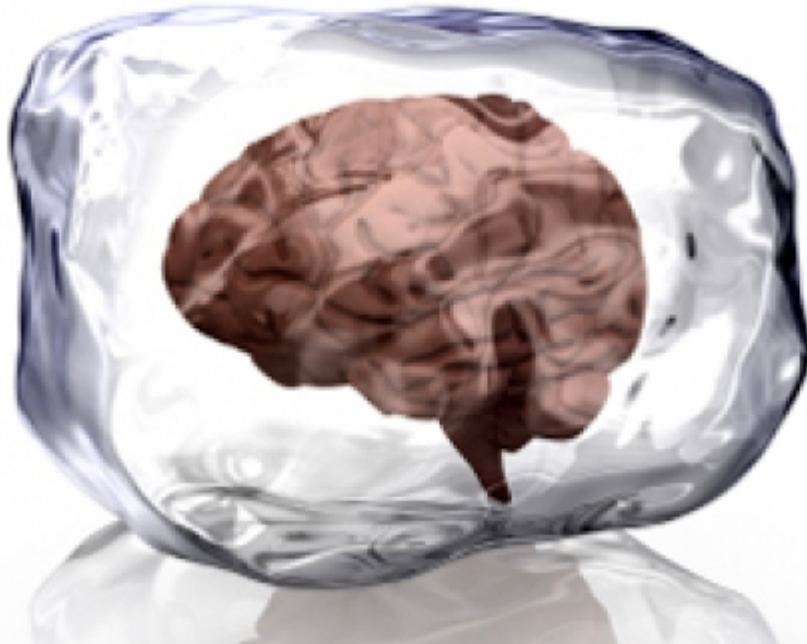


## Εσάς παγώνει ο εγκέφαλος σας;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



**Έχει συμβεί σε όλους μας. Να πιούμε κάτι παγωμένο (ένα αναψυκτικό), ή να φάμε γρήγορα κάτι παγωμένο (μια γρανίτα ή ένα παγωτό) και σε ελάχιστα δευτερόλεπτα να νιώσουμε τον εγκέφαλο μας να παγώνει και στη συνέχεια να μας πιάσει πονοκέφαλος. Γιατί όμως συμβαίνει αυτό; παγώνει πράγματι ο εγκέφαλος μας; Ο πόνος είναι ανακλαστικός; Οι επιστήμονες ανακάλυψαν το λόγο...**

Και ναι παγώνει πραγματικά ο εγκέφαλος μας και αυτό συνεπάγεται τον πονοκέφαλο που μας πιάνει κυρίως στους κροτάφους. Ερευνητές από το πανεπιστήμιο του Χάρβαρντ, μελέτησαν μια ομάδα 13 υγιών ανθρώπων, όταν έπιναν ή έτρωγαν κάτι παγωμένο. Οι επιστήμονες εστίασαν στην ροή του αίματος προς και από τον εγκέφαλο, κατά τη διάρκεια της πόσης ή της βρώσης.

Το συμπέρασμα στο οποίο κατέληξαν είναι ότι η παγωμένη τροφή ή το παγωμένο ποτό προκαλούν απότομα, αυξημένη ροή αίματος σε μία μεγάλη αρτηρία του εγκεφάλου που βρίσκεται πίσω από τα μάτια στο κέντρο του εγκεφάλου και αυτή η διαστολή στη συνέχεια επιφέρει τον πονοκέφαλο. Ο πόνος υποχωρεί, όταν

περιορίζεται και πάλι η ροή του αίματος και η αρτηρία επανέρχεται στην αρχική διάμετρό της.

Σύμφωνα με τους ερευνητές, επειδή ο εγκέφαλος είναι τόσο ζωτικό όργανο, είναι πολύ ευαίσθητος στις αλλαγές της θερμοκρασίας. Όταν αντιληφθεί ότι κάτι παγωμένο εισάγεται ξαφνικά στον οργανισμό, τότε απότομα, ως αυτοάμυνα, διαστέλλονται οι αρτηρίες και αυξάνεται η ροή του αίματος για να διατηρηθεί ζεστός ο εγκέφαλος. Όμως επειδή το κρανίο έχει δεδομένη και περιορισμένη δομή, η απότομη αύξηση στην κυκλοφορία του αίματος στο εσωτερικό του, αυξάνει την ενδοκρανιακή πίεση και προκαλεί πονοκέφαλο.

Παρόμοιες αλλαγές στη ροή του αίματος στον εγκέφαλο παρατηρούνται στις ημικρανίες, στους μετα-τραυματικούς πονοκεφάλους και σε άλλες μορφές πονοκεφάλου. Αν οι μελλοντικές έρευνες επιβεβαιώσουν αυτή τη συσχέτιση παγωμένου - κυκλοφορίας αίματος - πόνου, τότε η εύρεση τρόπων για τον περιορισμό της ροής του αίματος στο κρανίο θα μπορούσε να αποτελέσει μία νέα θεραπευτική μέθοδο.

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