

## Πώς το σκοτάδι βοηθά τα άτομα με σκλήρυνση κατά πλάκας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



### ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΤΟΥ ΧΑΡΒΑΡΝΤ

Όσο η μέρα μικραίνει καθώς πλησιάζει ο χειμώνας, τόσο τα συμπτώματα της σκλήρυνσης κατά πλάκας (ή πολλαπλής σκλήρυνσης) φαίνεται να βελτιώνονται, ενώ αντίθετα τους καλοκαιρινούς μήνες εμφανίζουν επιδείνωση. Μια νέα επιστημονική έρευνα αποδίδει αυτό το φαινόμενο στο ότι η ορμόνη μελατονίνη, που ρυθμίζει τον κύκλο του ύπνου και αυξάνεται στο σκοτάδι, επιδρά θετικά στην αυτοάνοση νόσο.

Οι Αμερικανοί και Αργεντινοί ερευνητές, με επικεφαλής τον αργεντινής καταγωγής αναπληρωτή καθηγητή Φρανσίσκο Κουιντάνα του Κέντρου Νευρολογικών Παθήσεων του Νοσοκομείου Brigham & Women's της Βοστώνης και της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό βιολογίας «Cell», ανέφεραν ότι οι εποχικές εξάρσεις της σκλήρυνσης προκαλούνται από τα πτωτικά επίπεδα της μελατονίνης την άνοιξη και το καλοκαίρι. Γι' αυτό, η επιδείνωση είναι πολύ πιο σπάνια (κατά μέσο όρο 32% λιγότερη) τους μήνες του φθινοπώρου και του χειμώνα, όταν η συγκεκριμένη ορμόνη εκκρίνεται σε αυξημένα επίπεδα στον οργανισμό.

Η χορήγηση μελατονίνης σε ποντίκια με τη νόσο βελτίωσε τα συμπτώματά τους. Όμως οι επιστήμονες προειδοποίησαν ότι τα ευρήματά τους δεν σημαίνουν πως οι ασθενείς πρέπει να αρχίσουν να παίρνουν συμπληρώματα μελατονίνης. Εξέφρασαν πάντως την αισιοδοξία τους ότι η ανακάλυψή τους μπορεί μελλοντικά να συμβάλει

σε καλύτερες φαρμακευτικές θεραπείες.

Στις αυτοάνοσες παθήσεις παίζουν σημαντικό ρόλο τόσο γενετικοί, όσο και περιβαλλοντικοί παράγοντες (λοιμώξεις, κάπνισμα, επίπεδα βιταμίνης D κ.α.). Στην περίπτωση της πολλαπλής σκλήρυνσης, το «εποχικό παράδοξο» ανήκει στους δεύτερους.

Τα επίπεδα μελατονίνης αυξομειώνονται ανάλογα με την εποχή του έτους (αυξάνονται με το σκοτάδι), πράγμα που έχει επίπτωση στα νευρικά κύτταρα, τα οποία εμπλέκονται στην εκδήλωση της νόσου. Η αυξημένη μελατονίνη συγκρατεί την αφύσικη υπεραντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος του ασθενούς και έτσι δρα προστατευτικά.

Η εν λόγω ορμόνη, αν και μπορεί να αγοραστεί χωρίς συνταγή, μπορεί να προκαλέσει παρενέργειες, όπως ανεπιθύμητη υπνηλία. Ο Κουιντάνα δήλωσε ότι στο μέλλον η μελατονίνη ή παράγωγά της μπορεί να χρησιμοποιηθούν σε ασθενείς με σκλήρυνση, αφού προηγηθούν κλινικές δοκιμές και βρεθεί η κατάλληλη δοσολογία. Ήδη οι ερευνητές σχεδιάζουν μια πιλοτική δοκιμή.

Η σκλήρυνση κατά πλάκας είναι μια διαταραχή του νευρικού συστήματος, στην οποία τα κύτταρα του ίδιου του ανοσοποιητικού συστήματος στρέφονται κατά του οργανισμού, καταστρέφοντας την προστατευτική ουσία μυελίνη που περιβάλλει τα νευρικά κύτταρα, επιβραδύνοντας έτσι ή εμποδίζοντας την μετάδοση των μηνυμάτων μεταξύ εγκεφάλου και σώματος. Οι ασθενείς έχουν συμπτώματα όπως οπτικές διαταραχές, μυική αδυναμία, προβλήματα συντονισμού και ισορροπίας, μνήμης κ.α.

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