

# Νέα έρευνα που θα αλλάξει τον τρόπο αντιμετώπισης της κατάθλιψης

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



κατάθλιψη μπορεί να θεραπευθεί με αλλαγή του περιβάλλοντος

**Νέες μελέτες και πειράματα σε ποντικούς δείχνουν ότι η κατάθλιψη δεν είναι μόνο υπόθεση γονιδίων αλλά εξίσου σημαντικός παράγοντας είναι και το περιβάλλον που ζει ο εκάστοτε ασθενής**

Πολλά γράφονται και λέγονται σχεδόν καθημερινά για την αρρώστια που μαστίζει και υποσκάπτει υπόγεια τον σύγχρονο άνθρωπο, την κατάθλιψη. Και οι περισσότερες έρευνες και στατιστικές καταλήγουν ότι πρόκειται για μία πολυπαραγοντική υπόθεση, στην οποία καθοριστικό παράγοντα παίζουν τα γονίδια του κάθε ασθενούς.

Όμως μία νέα έρευνα που έγινε στο Αμερικάνικο Πανεπιστήμιο Northwestern Feinberg School of Medicine έδειξε ότι η κατάθλιψη δεν μπορεί να αποδοθεί μόνο

στα γονίδια, αλλά εξίσου σημαντικός παράγοντας για την εμφάνισή της είναι και το περιβάλλον στο οποίο ζει και δραστηριοποιείται ο ασθενής. Το περιβάλλον μπορεί να κάνει έναν άνθρωπο ευτυχή και να δημιουργήσει ένα αίσθημα αισιοδοξίας και ψυχολογικής ευεξίας, στον ίδιο βαθμό που μπορεί να το κάνει πάνω τον άνθρωπο η ανατροφή και η κοινωνική του ζωή.

Οι ερευνητές εντόπισαν ότι ακόμα και οι αρουραίοι των πειραμάτων τους οι οποίοι είχαν συμπτώματα κατάθλιψης, όταν άλλαξαν το περιβάλλον τους έδειξαν να αλλάζουν εντελώς συμπεριφορά, καθώς έγιναν πιο ενεργητικοί ενώ παράλληλα ανιχνεύθηκαν στο αίμα τους χαμηλότεροι δείκτες από εκείνους που σχετίζονται με την κατάθλιψη.

Η εργασία τους η οποία δημοσιεύτηκε στο περιοδικό «Nature Journal Translational Psychiatry» αυξάνει τις ελπίδες των ανθρώπων που πάσχουν από κατάθλιψη οι οποίοι έχουν μοιρολατρικά αποδεχθεί ότι η εμφάνιση της ασθένειας οφείλεται στα γονίδιά τους και το ιστορικό της οικογένειάς τους σχετικά με αυτή την αρρώστια.

Σύμφωνα με την δημοσίευση, τα ποντίκια-πειραματόζωα είχαν ανατραφεί έχοντας πίσω τους 33 γενιές ποντικών τα οποία έπασχαν από κατάθλιψη. Η πρόθεση των επιστημόνων ήταν να δουν αν τα γενετικά τροποποιημένα καταθλιπτικά ποντίκια θα μπορούσαν να αλλάξουν την συμπεριφορά τους μεταβάλλοντας το περιβάλλον μέσα στο οποίο ζούσαν.

Για να γίνει αυτό πήραν τα καταθλιπτικά ποντίκια και τα έβαλαν σε μεγαλύτερα κλουβιά με πολλά παιχνίδια για να μασού και μέρη ώστε να μπορούν να κρύβονται ή να σκαρφαλώνουν. Στην ουσία τα έβαλαν σε μία... Ντίσνεϊλαντ για ποντίκια για διάστημα ενός μηνός.

Μετά το τέλος του πειράματος, τα ποντίκια είχαν αλλάξει δραματικά συμπεριφορά παρουσιάζοντας σαφώς λιγότερα συμπτώματα κατάθλιψης. Στην συνέχεια τα τοποθέτησαν μέσα σε ένα δοχείο με νερό για να δουν πως συμπεριφέρονταν.

Τα ποντίκια που δεν είχαν κατάθλιψη κολυπούσαν έντονα προσπαθώντας να βρουν έναν τρόπο να ξεφύγουν και να βγουν έξω από το νερό. Από την άλλη εκείνα που έπασχαν από κατάθλιψη απλά επέπλεαν χωρίς κανένα ενδιαφέρον, δείχνοντας απελπισμένα και υποτονικά. Μετά από τον ένα μήνα «θεραπείας» στη ψυχοθεραπευτική Ντίσνεϊλαντ, τα ίδια ποντίκια έδειξαν μία εντελώς διαφορετική συμπεριφορά, αντίστοιχη με τα υγιή, καθώς αυτή τη φορά προσπαθούσαν να κολυπήσουν σαφώς πιο ενεργητικά και να ξεφύγουν από το νερό.

Οι επιστήμονες διαπίστωσαν επίσης ότι στην μη καταθλιπτική ομάδα των ποντικών, όταν υποβλήθηκαν σε μία ψυχολογικά αγχωτική κατάσταση που

περιελάμβανε να συγκρατούνται δύο ώρες την ημέρα για δύο εβδομάδες, στο τεστ του νερού μεταβλήθηκαν σε υποτονικοί χωρίς να θέλουν να ξεφύγουν. Μάλιστα στον αιματολογικό έλεγχο που έγινε, ορισμένοι από τους δείκτες του αίματος για την κατάθλιψη μεταβλήθηκαν μέσα σ' αυτό το ελάχιστο χρονικό διάστημα, φθάνοντας στα επίπεδα τα οποία συναντώνται στους καταθλιπτικούς ποντικούς.

Όπως και να έχει, τα πειράματα στους καταθλιπτικούς ποντικούς μπορεί να λένε ελάχιστα σε ανθρώπους που πάσχουν από την σοβαρή ασθένεια που κατατρώνει την καθημερινότητα του σύγχρονου ανθρώπου. Όμως οι επιστήμονες της συγκεκριμένης έρευνας υποστηρίζουν ότι η καλύτερη μελέτη και τα ακόμα πιο εξελιγμένα πειράματα μπορούν να οδηγήσουν σε μία διαφορετική αντίληψη για την συγκεκριμένη πάθηση. Και ίσως σε νέα φάρμακα, λιγότερο εθιστικά και επικίνδυνα, τα οποία σε συνδυασμό με την αλλαγή στο περιβάλλον του ασθενούς ίσως να μπορούν να τον απαλλάξουν πολύ νωρίτερα από αυτή την σύγχρονη μάστιγα.

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