

Νέο σκορ κινδύνου με 11 παράγοντες προβλέπει τις πιθανότητες άνοιας εντός 14 ετών

[iatronet.gr/article/118615/neo-skor-kindynoy-me-11-paragontes-provlepei-tis-pithanothtes-anoias-entos-14-eton](https://www.iatronet.gr/article/118615/neo-skor-kindynoy-me-11-paragontes-provlepei-tis-pithanothtes-anoias-entos-14-eton)

Εύη Ψωμιάδου

25 Αυγούστου 2023

Παρασκευή, 25 Αυγούστου 2023, 19:33

Εύη Ψωμιάδου

Υπεύθυνη Ύλης

Νέο σκορ κινδύνου για άνοια, που περιλαμβάνει 11 κυρίως τροποποιήσιμους παράγοντες, εντοπίζει ανθρώπους με κίνδυνο ανάπτυξης της νόσου τα επόμενα 14 χρόνια. Αυτό έδειξε μεγάλη έρευνα που δημοσιεύτηκε στο BMJ Mental Health.

Το UK Biobank Dementia Risk Score, είχε καλύτερη επίδοση από 3 άλλα ευρέως χρησιμοποιούμενα σκορ κινδύνου που αναπτύχθηκαν στην Αυστραλία, Φινλανδία και Βρετανία.

Οι ερευνητές επέλεξαν 2 μεγάλες ομάδες με 50χρονους έως 73χρονους που συμμετείχαν σε 2 έρευνες. Η μια ομάδα για την ανάπτυξη του νέου σκορ και η δεύτερη για την επιβεβαίωσή του.

Συνολικά 220.762 άνθρωποι με μέση ηλικία κάτω των 60 ετών από τη UK Biobank και 2.934 μέσης ηλικίας 57 ετών (δεύτερη ομάδα) παρελήφθησαν στην τελική ανάλυση.

Οι ερευνητές έφτιαξαν λίστα με 28 παράγοντες που συνδέονται με αυξημένο ή μειωμένο κίνδυνο άνοιας στην οποία εφάρμοσαν στατιστική μέθοδο για να εντοπίσουν και να απορρίψουν τους λιγότερο σχετικούς παράγοντες και να εστιάσουν το σκορ στους ισχυρότερους προγνωστικούς παράγοντες.

Αυτό οδήγησε σε 11 προγνωστικούς παράγοντες για οποιοδήποτε είδος άνοιας- το σκορ UK Biobank Dementia Risk Score (UKBDRS).

Οι 11 παράγοντες ήταν : ηλικία, εκπαίδευση, ιστορικό διαβήτη, ιστορικό ή τρέχουσα κατάθλιψη, ιστορικό εγκεφαλικού, άνοια γονέως, οικονομική στενότητα, υπέρταση, υψηλή χοληστερόλη, να ζει κάποιος μόνος και να είναι άντρας.

Το γονίδιο APOE είναι γνωστός παράγοντας κινδύνου για άνοια. Ήταν γνωστό πως το έφεραν 157.090 συμμετέχοντες στην έρευνα U.K. Biobank και 2.315 από αυτούς της δεύτερης ομάδας και προστέθηκε στο UKBDRS-APOE.

Σε 14 χρόνια, 3.813 (σχεδόν 2%) και 93 (3%) συμμετέχοντες εμφάνισαν άνοια στην ομάδα της UK Biobank και στη δεύτερη, αντίστοιχα.

Οι προγνωστικές τιμές των UKBDRS με και χωρίς το APOE, συγκρίθηκαν με αυτή της ηλικίας μόνο και με 3 άλλα σκορ κινδύνου—ANU-ADRI (Australian National University Alzheimer's Disease Risk Index), CAIDE (Cardiovascular Risk Factors, Aging and Dementia), and DRS (Dementia To Risk Score).

Το UKBDRS-APOE έδωσε το υψηλότερο προγνωστικό σκορ και ακολουθήθηκε στενά από το UKBDRS, και στη συνέχεια από την ηλικία μόνο, που ακολουθήθηκε από τα DRS, CAIDE, και τέλος το ANU-ADRI.

Οι ερευνητές υποδεικνύουν ότι η ακρίβεια του σκορ θα μπορούσε να βελτιωθεί προσθέτοντας νοητικά τεστ, απεικονιστική εξέταση εγκεφάλου και εξέταση αίματος για νευροεκφύλιση.

Οι ερευνητές τόνισαν ότι είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι το σκορ κινδύνου, λέει μόνο για τις πιθανότητες εμφάνισης άνοιας και δεν αντιπροσωπεύει καταληκτικό αποτέλεσμα.

Σημείωσαν ότι υπάρχουν διάφοροι περιορισμοί στην έρευνά τους.

Πηγές:

BMJ Mental Health.


Ειδήσεις υγείας σήμερα

Πόσο νερό χάνουμε όταν κοιμόμαστε

Μ. Γκάγκα: Λιγότερα δέντρα, σημαίνει χαμηλότερη ποιότητα αέρα που εισπνέουμε

Συμβουλές για να προτείνετε ψυχοθεραπεία στον σύντροφό σας

Η σεμαγλουτίδη μειώνει την καρδιακή ανεπάρκεια

 [iatronet.gr/article/118600/to-farmako-wegovy-meionei-thn-kardiakh-aneparkeia-](https://www.iatronet.gr/article/118600/to-farmako-wegovy-meionei-thn-kardiakh-aneparkeia-)

Φίλιππος Ζάχαρης

25 Αυγούστου 2023

Παρασκευή, 25 Αυγούστου 2023, 14:49

Φίλιππος Ζάχαρης

Ειδικά ρεπορτάζ - Σύλλογοι Ασθενών και ΜΚΟ

Το ενέσιμο φάρμακο για την απώλειας βάρους με τη δραστική ουσία semaglutide της Novo Nordisk μπορεί να ανακουφίσει από τα συμπτώματα της καρδιακής ανεπάρκειας σε σοβαρά υπέρβαρα άτομα, σύμφωνα με μια μελέτη.

Μετά από ένα έτος θεραπείας με το φάρμακο, η κατάσταση της υγείας των δοκιμαζόμενων ατόμων, μετρούμενη σε κλίμακα 100 βαθμών βάσει ερωτηματολογίων, βελτιώθηκε κατά 16,6 μονάδες, ανακοίνωσε την σήμερα η δανική φαρμακευτική εταιρεία. Στην ομάδα σύγκρισης με ένα εικονικό φάρμακο, ήταν μόνο 8,7 μονάδες.

Τα συμπτώματα που σχετίζονται με την καρδιακή ανεπάρκεια μειώθηκαν έτσι σημαντικά. Όσοι έλαβαν θεραπεία με σεμαγλουτίδη ήταν σε θέση να περπατήσουν 20 μέτρα πιο μακριά σε έξι λεπτά, έχασαν περισσότερο βάρος και μείωσαν τα επίπεδα φλεγμονής τους περισσότερο από την ομάδα σύγκρισης. Η μελέτη που δημοσιεύθηκε στο "New England Journal of Medicine" ήταν ωστόσο σχετικά μικρή, με 529 ασθενείς.

Μια πενταετής μελέτη με περίπου 17.600 ενήλικες, την οποία δημοσίευσε πρόσφατα η Novo Nordisk, είχε δείξει ότι ο κίνδυνος εγκεφαλικών επεισοδίων και καρδιακών προσβολών μειωνόταν σε περίπτωση υπερβολικού βάρους. Η φαρμακευτική εταιρεία αποδεικνύει με τα αποτελέσματα της μελέτης την προαγωγική για την υγεία επίδραση του φαρμάκου για την απώλεια βάρους, προκειμένου να απαλλαγεί από την εικόνα ενός "Life style φαρμάκου".

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Πόσο νερό χάνουμε όταν κοιμόμαστε

Μ. Γκάγκα: Λιγότερα δέντρα, σημαίνει χαμηλότερη ποιότητα αέρα που εισπνέουμε

Συμβουλές για να προτείνετε ψυχοθεραπεία στον σύντροφό σας

Μόρια στα ούρα προβλέπουν τη νεφρική ανεπάρκεια 5-10 χρόνια νωρίτερα [μελέτη]

 [iatronet.gr/article/118601/diavhths-moria-sta-oyra-provlepoyn-th-nefrikh-aneparkeia-510-hronia-noritera-meleth](https://www.iatronet.gr/article/118601/diavhths-moria-sta-oyra-provlepoyn-th-nefrikh-aneparkeia-510-hronia-noritera-meleth)

Εύη Ψωμιάδου

25 Αυγούστου 2023

Παρασκευή, 25 Αυγούστου 2023, 14:56

Εύη Ψωμιάδου

Υπεύθυνη Ύλης

Μικρά μόρια που παράγονται φυσιολογικά στα νεφρά είναι πιο ακριβής προγνωστικός παράγοντας για μελλοντική νεφρική ανεπάρκεια σε ανθρώπους με διαβήτη έναντι των συμβατικών –πρωτεΐνη στα ούρα-και θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε πιο έγκαιρη διάγνωση και αγωγή, αναφέρει νέα έρευνα.

Η έρευνα του University of Texas Health Science Center at San Antonio δημοσιεύτηκε στο Journal of Clinical Investigation και έδειξε ότι επίπεδα αδενίνης-μεταβολίτη που παράγεται τα νεφρά- στα ούρα ήταν προγνωστικός και αιτιώδης δείκτης επικείμενης προοδευτικής νεφρικής ανεπάρκειας σε ανθρώπους με διαβήτη.

Η έρευνα χρησιμοποίησε τεχνική βιοψίας νεφρών που αναπτύχθηκε από το UT Health San Antonio, η οποία έδωσε τη δυνατότητα στους ερευνητές να εντοπίσουν τις τοποθεσίες της αδενίνης και άλλων μικρών μορίων σε νεφρικούς ιστούς, που οδηγούν κύτταρα είτε σε υγιή κατεύθυνση είτε σε μοτίβο νόσου.

Ανακάλυψαν ότι η αδενίνη ήταν παρούσα γύρω από αγγεία με ουλές στα νεφρά και γύρω από σωληνωτά νεφρικά κύτταρα που είχαν καταστραφεί και ότι υψηλά επίπεδα συνδέονταν με θνησιμότητα από όλα τα αίτια στους συμμετέχοντες, δείχνοντας ότι ο μεταβολίτης επηρέαζε και άλλα μέρη του σήματος.

Η έρευνα περιέλαβε 1.200 ασθενείς από διάφορες εθνικότητες, όπως Αφροαμερικανούς, Λατίνους και Καυκάσιους στις ΗΠΑ, με χωριστή έρευνα σε Αμερικανο-ινδικό πληθυσμό. Τα ευρήματα ότι υψηλή αδενίνη στα ούρα συνδεόταν με υψηλότερο κίνδυνο νεφρικής ανεπάρκειας ήταν σταθερά στους πληθυσμούς της έρευνας.

Οι ερευνητές σημειώνουν ότι τα ευρήματα είναι σημαντικά επειδή η συνήθης προσέγγιση της εξέτασης για πρωτεΐνη στα ούρα, ή αλβουμίνη, είναι αναποτελεσματική έως στους μισούς διαβητικούς ασθενείς που στη συνέχεια εμφανίζουν νεφρική ανεπάρκεια.

Η έρευνα ανοίγει τον δρόμο για εξέταση ώστε να διαπιστωθεί αν οι ασθενείς είναι σε σημείο 5-10 χρόνων πριν τη νεφρική ανεπάρκεια, δήλωσε ο ερευνητής Dr. Kumar Sharma.

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Πόσο νερό χάνουμε όταν κοιμόμαστε

Μ. Γκάγκα: Λιγότερα δέντρα, σημαίνει χαμηλότερη ποιότητα αέρα που εισπνέουμε

Συμβουλές για να προτείνετε ψυχοθεραπεία στον σύντροφό σας

Τα κύματα καύσωνα αύξησαν τις διαταραχές ύπνου [μελέτη]

[iatronet.gr/article/118605/ta-kymata-kaysona-ayxhsan-tis-diatarahes-ypnou-meleth](https://www.iatronet.gr/article/118605/ta-kymata-kaysona-ayxhsan-tis-diatarahes-ypnou-meleth)

iatronet.gr

25 Αυγούστου 2023

Παρασκευή, 25 Αυγούστου 2023, 15:27

Ερευνητές στο πανεπιστήμιο της Κολούμπια διαπίστωσαν ότι οι νυχτερινές θερμοκρασίες πάνω από 25°C αύξησαν την πιθανότητα ύπνου λιγότερο από επτά ώρες κατά 3,5%

Καθώς στην Ευρώπη, οι θερμοκρασίες έχουν αυξηθεί πάνω από δύο φορές από τον παγκόσμιο μέσο όρο τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, η έρευνα επισημαίνει ότι πολλοί άνθρωποι δεν γνωρίζουν ότι οι νυχτερινές θερμοκρασίες θερμαίνονται πιο γρήγορα από τις θερμοκρασίες της ημέρας στις περισσότερες κατοικημένες περιοχές κι αυτό, με τη σειρά του, επηρεάζει τον ύπνο των ανθρώπων.

Στη μελέτη τους χρησιμοποίησαν παγκόσμια κλιματικά μοντέλα για να προβλέψουν τη μελλοντική απώλεια ύπνου και διαπίστωσαν ότι εάν οι χώρες συνεχίσουν να εκπέμπουν αέρια θερμοκηπίου με τους σημερινούς ρυθμούς, μέχρι το 2099 κάθε άτομο θα μπορούσε να χάσει κατά μέσο όρο 50 έως 58 ώρες ύπνου την εβδομάδα.

Ο Kelton Minor, μεταδιδακτορικός ερευνητής στο Πανεπιστήμιο Κολούμπια (ΗΠΑ), δημοσίευσε μια μελέτη στην οποία ανέλυσε εκατομμύρια αρχεία για να προσδιορίσει την επίδραση της θερμοκρασίας στον ύπνο των ανθρώπων. "Διαπιστώσαμε ότι, υπό κανονικές συνθήκες διαβίωσης, οι άνθρωποι φαίνεται να προσαρμόζονται πολύ καλύτερα σε ψυχρότερες εξωτερικές θερμοκρασίες παρά σε θερμότερες συνθήκες", εξήγησε στο Euronews Next.

Σύμφωνα με τους ειδικούς η κακή ποιότητα ύπνου μπορεί να οδηγήσει σε μια σειρά προβλημάτων που σχετίζονται με την τραυματισμούς στην εργασία, επιδείνωση της γνωστικής λειτουργίας και κίνδυνο καρδιαγγειακών παθήσεων.

Άλλες μελέτες έχουν δείξει ότι η έκθεση σε υγρή θερμότητα κατά τη διάρκεια του ύπνου μπορεί να αυξήσει την εγρήγορση και να μειώσει την ταχεία κίνηση των ματιών (REM) και τον ύπνο αργών κυμάτων (SWS).

Οι ηλικιωμένοι, που έχουν ήδη υψηλότερο επιπολασμό της αϋπνίας, μπορεί επίσης να είναι πιο ευάλωτοι στα κύματα καύσωνα, καθώς μια "μελέτη δείχνει" ότι ακόμη και η ήπια έκθεση στη ζέστη μπορεί να μειώσει τον ύπνο REM στους ηλικιωμένους άνδρες.

Οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής, από την πλευρά τους, θα πρέπει να ενθαρρύνουν τη δίκαιη πρόσβαση σε κλιματισμό και βιώσιμες πηγές ενέργειας σύμφωνα με την έρευνα, καθώς και να αυξήσουν την βλάστηση.

Πηγές:

ΕΡΤ

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Πόσο νερό χάνουμε όταν κοιμόμαστε

Μ. Γκάγκα: Λιγότερα δέντρα, σημαίνει χαμηλότερη ποιότητα αέρα που εισπνέουμε

Συμβουλές για να προτείνετε ψυχοθεραπεία στον σύντροφό σας