

# Ποια προβλήματα υγείας μπορεί να επιδεινώσει η βροχή

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτό:koronyeg.hu

Γιατί όταν βρέχει πονάνε οι αρθρώσεις; Μπορεί μια καταιγίδα να προκαλέσει κρίση άσθματος; Τι σχέση έχει μια κρίση ημικρανίας με τη βροχή; Μάθετε ποια προβλήματα υγείας μπορεί να επιδεινώσει η βροχή και ποιοι πρέπει να προσέχουν.

## **1. Όσοι πάσχουν από αρθρίτιδα**

Μπορεί να σας ...γονατίσει η βροχή; Οι ειδικοί λένε ναι. Οι πόνοι στα γόνατα που οφείλονται στην οστεοαρθρίτιδα μπορεί να χειροτερεύσουν με την βροχή και το κρύο.

Η σχέση του καιρού με την αρθρίτιδα, είναι γνωστή σε όσους πάσχουν από αρθρώσεις. Όσοι μάλιστα πάσχουν από αρθρίτιδα αναφέρουν συχνά πόνους στα γόνατα και τις υπόλοιπες αρθρώσεις με τις αλλαγές του καιρού και παραπονιούνται ότι υποφέρουν περισσότερο από τους πόνους όταν ο καιρός είναι υγρός.

Αμερικανοί ειδικοί στο πλαίσιο έρευνας μελέτησαν 200 άτομα που έπασχαν από οστεοαρθρίτιδα από διάφορες περιοχές των Ηνωμένων Πολιτειών. Το 64% των ασθενών ήταν γυναίκες με μέσο όρο ηλικίας τα 60 έτη.

Οι εθελοντές κατέγραφαν τακτικά τον πόνο που ένιωθαν για 3 μήνες. Οι γιατροί κατέγραφαν παράλληλα τις αλλαγές του καιρού στην περιοχή του κάθε ασθενούς.



*Πονάει το γόνατο σας; Ίσως φταίει η βροχή.*

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων έδειξε ότι υπήρχε συσχετισμός μεταξύ της σοβαρότητας του πόνου της οστεοαρθρίτιδας των γονάτων των ασθενών και των αλλαγών του καιρού και της βαρομετρικής πίεσης.

Η πτώση της θερμοκρασίας του καιρού και η αύξηση της βαρομετρικής πίεσης, συνοδεύονταν από επιδείνωση του πόνου των ασθενών. Οι επιστήμονες πιστεύουν ότι η θερμοκρασία και η βαρομετρική πίεση είναι πιθανό να επηρεάσουν την κινητικότητα μιας άρθρωσης ή τη ροή του υγρού που λιπαίνει τις αρθρώσεις.

Εκτός από την οστεοαρθρίτιδα που παρουσιάζει σημαντική επιδείνωση με την βροχή και η ρευματοειδής αρθρίτιδα επηρεάζεται από την υγρασία. Η υγρασία και οι βαρομετρικές μεταβολές αυξάνουν τη δυσκαμψία των αρθρώσεων και αυτός είναι ο λόγος που πολλοί ρευματοπαθείς παρουσιάζουν επιδείνωση των συμπτωμάτων.

## **2. Όσοι έχουν προβλήματα του αναπνευστικού**

Σύμφωνα με μελέτη, που δημοσιεύθηκε στη βρετανική “Επιθεώρηση Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας”, η βροχή -και ιδιαίτερα οι καταιγίδες- μπορούν να πυροδοτήσουν μια κρίση σε όσους υποφέρουν από άσθμα. Αν λοιπόν έχετε άσθμα, θα ήταν χρήσιμο να παρακολουθείτε τακτικά το δελτίο καιρού.

Οι επιστήμονες δεν γνωρίζουν με ποιον ακριβή μηχανισμό οι καταιγίδες μπορεί να επιδεινώσουν το άσθμα, πιστεύουν όμως ότι η υγρασία ευνοεί την αύξηση των σπόρων των μυκήτων και τη μεταφορά της γύρης στην ατμόσφαιρα. Σύμφωνα με τη μελέτη, οι ασθματικοί έχουν 6 φορές περισσότερες πιθανότητες να εισαχθούν στο νοσοκομείο τις βροχερές μέρες.



*Όταν βρέχει μπορεί να αυξηθούν οι πιθανότητες να εκδηλωθεί μια κρίση άσθματος.*

Αν λοιπόν υποφέρετε από αλλεργικό άσθμα, έχετε έναν λόγο παραπάνω να είστε επιμελείς με τη λήψη των φαρμάκων που σας έχει δώσει ο γιατρός, όταν ο καιρός

είναι βροχερός ή έχει καταιγίδες. Συμβουλευτείτε το γιατρό σας εάν πρέπει να αυξήσετε τη δόση των φαρμάκων όταν βρέχει στην περίπτωση που έχετε παρατηρήσει ότι η κατάσταση σας επιδεινώνεται με τον βροχερό καιρό.

### **3. Όσοι υποφέρουν από πονοκεφάλους**

Σύμφωνα με μια άλλη μελέτη οι μεταβολές των καιρικών συνθηκών και η βροχή είναι πιθανό να επιδεινώσουν την κατάσταση των παιδιών που αντιμετωπίζουν χρόνιους πονοκεφάλους.

Οι ερευνητές προτού καταλήξουν στο παραπάνω συμπέρασμα μελέτησαν 25 εφήβους και παιδιά που υπέφεραν από ημικρανίες και χρόνιους πονοκεφάλους τάσεως.

Οι ειδικοί παρατήρησαν επιδείνωση των συμπτωμάτων τους όταν ο καιρός ήταν βροχερός και τα επίπεδα της υγρασίας υψηλά. Συγκεκριμένα παρουσίαζαν τριπλάσιες πιθανότητες να εκδηλώσουν μια κρίση τις ημέρες που έβρεχε, σε σχέση με τις ημέρες που ο καιρός ήταν αίθριος και η υγρασία κυμαινόταν σε φυσιολογικά επίπεδα.



*Ο βροχερός καιρός μπορεί να πυροδοτήσει μια κρίση ημικρανίας.*

Οι επιστήμονες ωστόσο δεν γνωρίζουν με ποιον ακριβώς τρόπο η βροχή και η

υγρασία μπορούν να πυροδοτήσουν κρίσεις κεφαλαλγίας και αναφέρουν ότι απαιτούνται περαιτέρω μελέτες.

Επίσης και η απότομη πτώση της θερμοκρασίας μπορεί να πυροδοτήσει μια κρίση σε όσους υποφέρουν από ημικρανίες.

**Πηγή:** [ehealthcyprus.com](http://ehealthcyprus.com)