

9 Ιανουαρίου 2015

## Η Επιστήμη επιβεβαιώνει το μύθο της γιαγιάς για το κρυλόγημα!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





«Βάλε μπουφάν, θα αρρωστήσεις!» είναι η ατάκα που έχουμε ακούσει πολλάκις στα παιδικά και εφηβικά μας χρόνια –ή ακόμη και κατά την ενήλικη ζωή μας– από την αγαπημένη και υπερπροστατευτική γιαγιά μας!

Η σχέση της χαμηλής θερμοκρασίας με το κρυολόγημα θεωρούσαμε πως είναι ως επί το πλείστον μύθος, μια νέα έρευνα όμως έρχεται να αμφισβητήσει την παγιωμένη αυτή πεποίθηση, παραθέτοντας αποδεικτικά στοιχεία για τον κίνδυνο λοίμωξης τις ημέρες που κάνει πολύ κρύο.

Σύμφωνα με ερευνητές από το αμερικανικό πανεπιστήμιο Γέιλ, ακόμη και η μικρή πτώση της θερμοκρασίας επιτρέπει στους ρινοϊούς (RVs), υπεύθυνοι για το κοινό κρυολόγημα, να πολλαπλασιάζονται με ταχύτερο ρυθμό.

Παράλληλα, οι χαμηλές θερμοκρασίες πυροδοτούν μεταβολές στη λειτουργία του ανοσοποιητικού κι έτσι οι ιοί μπορούν να αντιγράφονται με μεγαλύτερη ευκολία.

Αυτά έδειξαν τουλάχιστον οι εργαστηριακές δοκιμές που πραγματοποίησαν οι ερευνητές σε ποντίκια.

Οι επιστήμονες είχαν υποθέσει εδώ και δεκαετίες ότι οι ρινοϊοί εξαπλώνονται

ευκολότερα όταν επικρατούν ελαφρώς χαμηλές θερμοκρασίες. Μελέτη που είχε πραγματοποιηθεί το 1960 είχε υποδείξει ότι αναπαράγονται ταχύτερα στους 33 βαθμούς Κελσίου σε σύγκριση με τους 37 βαθμούς, περίπου τη θερμοκρασία του ανθρώπινου σώματος.

Η νέα μελέτη, η οποία δημοσιεύεται στην έγκριτη επιστημονική επιθεώρηση Proceedings of the National Academy of Sciences, επιβεβαιώνει την παραπάνω θεωρία, καθώς δείχνει ότι ο ιός του κρυολογήματος αναπαράγεται πιο εύκολα στις χαμηλές θερμοκρασίες.

Παράλληλα όμως επεκτείνει τα ευρήματα της παλιάς μελέτης, καθώς περιγράφει επακριβώς τρεις βιολογικές επιδράσεις του κρύου που αυξάνουν τον κίνδυνο κρυολογήματος.

Αρχικά, οι ερευνητές παρατήρησαν ότι στα κύτταρα που αποτελούν την επίστρωση της ρινικής κοιλότητας των ποντικών, τα γονίδια που παράγουν την αντι-ιική πρωτεΐνη ιντερφερόνη ήταν λιγότερο ενεργά σε χαμηλότερες θερμοκρασίες.

Παράλληλα, τα μόρια που εντοπίζουν τους ιούς εντός των κυττάρων και στη συνέχεια δίνουν εντολή στο κύτταρο να παράγει ιντερφερόνη παρουσίαζαν μειωμένη ευαισθησία σε χαμηλότερες θερμοκρασίες.

Τέλος, η μειωμένη ευαισθησία των μορίων συνεπάγεται επίσης μειωμένη παραγωγή των πρωτεϊνών που καταστρέφουν τα γονίδια του ιού, μπλοκάρουν την απελευθέρωση του ιού και εξολοθρεύουν τα μολυσμένα από τον ιό κύτταρα.

Η έκθεση στο ρινοϊό είναι απαραίτητη «προϋπόθεση» για το κρυολόγημα, σημειώνουν οι ερευνητές. Ωστόσο, ο αέρας και το κρύο διευκολύνουν την εξάπλωση του ιού μετά τη λοίμωξη και αποδυναμώνουν τους μηχανισμούς αντιμετώπισης του ανοσοποιητικού.

Πηγή: [onmed.gr](http://onmed.gr)