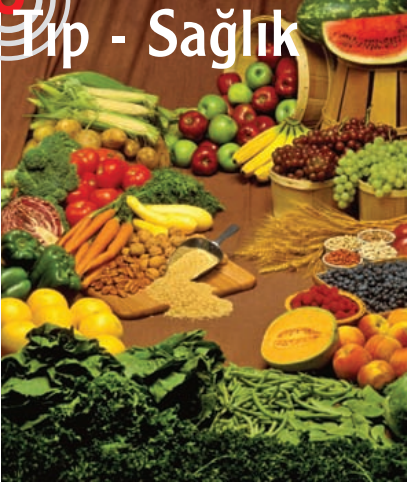




Tıp - Sağlık



Akciğer Hastalıklarına Karşı Akdeniz Tipi Beslenme

Hem uzun dönemli hem de ilerleyici özellikteki bir grup akciğer hastalığını içine alan ve ülkemizde KOAH kısaltmasıyla bilinen “kronik obstrüktif (engelleyici) akciğer hastalığı”nın, 2020’ye gelindiğinde dünyada üçüncü

ölüm nedeni konumuna geleceği tahmin ediliyor. Hastalığı ortaya çıkaran temel etken, sigara. 1986 yılında başlatılan ve 43.000 kişinin izlendiği çok geniş kapsamlı bir çalışmada, yaşam biçimi, sigara kullanımı, egzersiz vb. yanısıra, beslenme alışkanlıkları da ayrıca ele alınmış. “Akdeniz” (meyve, sebze, tahıl, balık vb) ve “Batılı” tipi (işlenmiş gıdalar, işlenmiş kırmızı et, işlenmiş şekerler, kızartmalar, fast food vb) beslenme olarak ayrılan beslenme biçimlerinden birincisini tercih edenler, sonuçlara göre KOAH bakımından oldukça avantajlı durumda. Bu kişilerde KOAH ortaya çıkma olasılığı, diğer gruba göre % 50 daha az. Üstelik, yaş, sigara kullanımı ve diğer risk faktörleri de hesaba katılarak. Akdeniz tipi beslenme biçiminine ne kadar sadık kalınırsa, riskin o kadar düştüğü de çalışmanın sonuçları arasında.

BMJ Specialty Journals, 14 Mayıs 2007

Hayvanlar Üzerinde Yürütülen Kozmetik Deneyleri Avrupa’da Yasaklanıyor

İltihaplanmış, kıpkırmızı gözleri, kavrulmuş derileriyle yer aldıkları posterler, kozmetik deneylerinde kullanılan tavşan, fare gibi birçok bahtsız hayvana arka çıkan bir avuç insanın yegane sesi, bu kampanyaların da sembolü haline geldi, ve tabii çoğunluk görmezden gelmeyi yeğledi. Ancak çok uzun süren bir bekleyişin sonunda, bu testlerin tümü olmasa da en azından ‘ağır’ olanları, tüm AB ülkelerinde yasaklanıyor! “Draize testleri” olarak bilinen bu testler, tavşanlar başta olmak üzere, canlı laboratuvar hayvanlarının göz ve derilerine kozmetik malzemelerin uygulanması ve etkilerin gözlenmesini içeriyor. Bu testlere seçenек olarak üretilen bir dizi yöntemse 27 Nisan tarihinde, bağımsız bir bilimsel danışma komitesi olan Avrupa Alternatif Yöntemlerin Onaylanması Merkezi’nin (ECVAM)



onayından geçmiş durumda! Bu yöntemlerin ikisi, kimyasalların gözleri tahriş edici etkisinin sınanmasında mezbalardan elde edilecek hayvan dokusu artıklarının kullanımını önerirken, canlı hayvan üzerindeki deri testlerinin yerine geçecek olan ikisinde de hücre kültürlerinden yararlanılması sözkonusu. Deri alerjilerinin sınanacağı beşinci bir alternatifse yılda yüzbinlerce hayvanı kurtaracak! İyi haberler bu kadar değil. 2009 yılında, kozmetik sanayiinde kullanılacak birçok testin Avrupa’da tümünden yasaklanması bekleniyor. Üstelik seçenekleri olsun veya olmasın!

New Scientist, 4 Mayıs 2007



Kelliğe Çözüm, Deriden

Bu ne bir “mucizevi merhem” ne de bir “mucizevi yöntem.” Eğer fareler kadar şansımız varsa, çözüm aslında oldukça basit gibi görünüyor. Biraz daha zaman, o kadar...

ABD’deki Pennsylvania Tıp Okulu’nda yapılan bir çalışmada, sıyrık benzeri hafif baş yaralanmaları geçiren farelerde üst-deri (epidermis) hücrelerinin, kök hücre özelliklerine bürünerek kıl kökü kesecikleri oluşturabildikleri ve bunlardan da yeni kılların çıkabildiği gözlenmiş. Araştırmacılar, yara oluşumundan önce bu keseciklerle ilişkisi olmayan hücrelerin yaralanmadan sonra, gelişim sırasında keseciklere dönüşen kök hücrelerin genlerini ifade ettiklerini söylüyorlar. Üstelik bu, tümüyle doğal bir süreç. Genelde kabul edilen görüş, yetişkinliğe ulaştıktan sonra bu keseciklerin yeniden oluşmadığı. Bunun böyle olmayabileceği yarım yüzyıl önce önerilmiş olmasına karşın, deri hücrelerinin bu yeteneğini kanıtlayan da çıkmamış. “Belki de olay gözümüzün önünde gerçekleşirken biz onu atladık” diyor araştırmacılardan George Cotsarelis. Çünkü bir yarayla karşışarşıya kaldığımızda doğal olarak kıl büyümesiyle değil, yaranın kendisiyle ilgilenirsiniz.” İnsan derisiyle yapılacak deneyler için araştırmacıların aklında şimdiden parlak bir fikir var: Hafif tahriş etkisi oluşturan bir merhem, ardından da genetik süreci tetikleyecek bir krem uygulaması. Herşey yolunda giderse belki yalnızca iki-üç yıl sonra. Ancak araştırmacıların kendileri bile, bunun iyimsen bir tahmin olduğunu itiraf ediyorlar.

Nature, 16 Mayıs 2007