



## مغز پرخورها و معتادان شبیه به هم کار می‌کند

این تنها قار و قورهای شکم نیست که بعضی‌ها را به پرخوری وا می‌دارد...

این تنها قار و قورهای شکم نیست که بعضی‌ها را به پرخوری وا می‌دارد. مطالعات نشان می‌دهد که ذهن افراد پرخور عامل محرک آنهاست. به گزارش لایوساینس، مطالعات نشان می‌دهد که همان ذهنیتی که معتادان را از ترک باز می‌دارد، توانایی کنترل غذا خوردن را هم از افراد پرخور می‌گیرد. [نکته بهداشتی روز: علائم پرخوری عصبی] در حال حاضر کم‌اشتهایی و پرخوری عصبی در راهنمای آماری و تشخیصی بیماری‌های روانی (DSM) که راهنمای اصلی روانپزشکان است، قرار دارد.

چارلز اوبرایان، مدیر مرکز مطالعات اعتیاد دانشکده پزشکی دانشگاه پنسیلوانیا و عضو کارگروه تهیه DSM جدید می‌گوید: "بحث‌هایی بین پزشکان وجود دارد که آیا پرخوری باید به عنوان یک بیماری مغزی شناخته شود یا نه." دو محقق از لابراتوار اختلالات اعتیادآور در دانشگاه بوستون در مطالعات خود دریافته‌اند که تغذیه موش‌ها با غذاهای ناسالم همان ناحیه از مغز را تحریک می‌کند که مصرف مواد مخدر تحریک می‌کنند.

این محققان در آزمایش دیگری، تعدادی موش از یک گروه را از رژیم غذایی سالم ولی یکنواخت خود جدا کردند و به آنها غذاهای شیرین، پرانرژی و سنگین خوراندند. بعد از دو روز، این موش‌ها به گروه خود و رژیم غذایی سالم قدیمی بازگشتند. سپس مشاهده شد که این موش‌ها دیگر تمایلی به غذای سالم نداشتند و نسبت به موش‌هایی که هرگز غذاهای ناسالم را امتحان نکرده‌اند، کمتر از غذای سالم تغذیه کردند.

محققان معتقدند که اختلالات اشتها می‌تواند در افرادی رخ دهد که رژیم غذایی ثابتی ندارند و رژیم غذایی آنها بعضی اوقات شامل غذاهای سالم است و بعضی اوقات غذاهای ناسالم. این افراد تمایل خود به غذاهای سالمی که افراد سالم از آنها لذت می‌برند را از دست می‌دهند.

البته فقط اشتهای افراد به غذاهای سالم نیست که تحت تأثیر رژیم غذایی آنهاست. محققان دانشگاه بوستون همچنین در آزمایش بر روی موش‌ها دریافتند که بازگرداندن موش‌ها از رژیم ناسالم به رژیم سالم بادامه مغز آنها را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

بادامه ناحیه‌ای از مغز است که اضطراب را کنترل می‌کند. بادامه مغز موش‌های تحت آزمایش بعد از بازگشت به رژیم سالم، 5 برابر میزان پروتئینی به نام CRF (Corticotropin Releasing Factor) را ترشح می‌کند. این همان ماده‌ای است که معتادان را از ترک عادات خود باز می‌دارد.

در ادامه این ماده زمانی به سطح متعادل خود رسید و موش‌ها را از اضطراب و تشویش نجات داد که غذاهای شیرین و ناسالم وارد رژیم موش‌ها شد. در این مرحله تمایل موش‌ها به خوردن غذای ناسالم نیز بیشتر از دفعه قبل بود.

محققان با تست چند دارو دریافتند که موادی که CRF را از اتصال به سلول‌های مغزی باز می‌دارند، تمایل موش‌ها به غذاهای ناسالم و عادات غذایی آنها را کاهش می‌دهد.

گفتنی است که برای اولین بار در دهه 90 میلادی دانشمندان به فکر استفاده از بازدارنده‌های CRF برای درمان اعتیاد به الکل و مواد مخدر و افراد سیگاری افتادند.