



## بهترین داروی ضد پیری چیست؟

بزرگ‌ترین عامل مرگ که احتمالاً چیزی در مورد آن شنیده‌اید، تضعیف و از بین رفتن ماهیچه‌ها است که با بالاتر رفتن سن رخ می‌دهد. خوشبختانه ورزش آن را به تأخیر می‌اندازد.

بزرگ‌ترین عامل مرگ که احتمالاً چیزی در مورد آن شنیده‌اید، تضعیف و از بین رفتن ماهیچه‌ها است که با بالاتر رفتن سن رخ می‌دهد. خوشبختانه ورزش آن را به تأخیر می‌اندازد.

**نسیبه خانلرزاده: احتمالاً بزرگ‌ترین عامل مرگ که هرگز چیزی در مورد آن شنیده‌اید، تضعیف و از بین رفتن ماهیچه‌ها است که با بالاتر رفتن سن ما اتفاق می‌افتد.**

به گزارش نیوساینتیست، از بین رفتن بافت ماهیچه‌ای تنها یک اثر جانبی بیماری و سستی به شمار نمی‌رود؛ بلکه حتی خود می‌تواند یکی از دلایل اصلی این مشکلات باشد. از بین رفتن بافت ماهیچه‌ای روی متابولیسم بدن هم اثرات جانبی جدی می‌گذارد. در آینده، داروهای افزایش‌دهنده بافت ماهیچه‌ای می‌توانند از طریق ورزش‌هایی چون وزنه زدن به کسانی که نمی‌توانند بافت ماهیچه‌ای خود را نگاه دارند، کمک کنند. البته پزشکان هشدار می‌دهند که این ربطی به بدن‌سازی ندارد و فقط ماهیچه‌های اندام‌های بدن شما در سطح سالمی نگه می‌دارد.

در اجلاس داروهای افزایش‌دهنده عمر انسان که ماه پیش در باسل سوییس برگزار شد، اعلام شد که پژوهش‌های اخیر به شکلی فزاینده نشان می‌دهند از دست دادن ماهیچه (که سارکوپنیا نیز نامیده می‌شود) یکی از رویه‌های جدی پیری است. دان پری از گروه اتحاد برای پژوهش‌های سالمندی می‌گوید: «این روش‌های درمانی سرانجام وارد بازار خواهند شد».

با این وجود، هنوز شناخت خیلی کمی در مورد فرایندهایی که مسبب پیری ماهیچه‌ها هستند وجود دارد، اما یک پژوهش جدید نشان می‌دهد که آسیب ناشی از رادیکال‌های آزاد نیز در این میان نقش دارد.

در آزمایشگاه، عمر موش‌هایی که از لحاظ ژنتیکی برای تولید کمتر رادیکال‌های آزاد در میتوکندری خود اصلاح شده بودند، 20 درصد نسبت به بقیه موش‌ها بیشتر بود؛ بنابراین گروهی به سرپرستی آندرو مارکز در دانشگاه کلمبیا (واقع در نیویورک) بررسی کردند که چطور این عامل روی پیری بافت ماهیچه‌ها تأثیر می‌گذارد.

آن‌ها دریافتند که یک عامل کلیدی در این میان، کلسیم است که آزاد کردن آن موجب تحریک ماهیچه‌ها برای انقباض می‌شود. مولکول مسئول این آزاد شدن که رسپتور 1 ریانوداین نام دارد، توسط رادیکال‌های آزاد تخریب می‌شود و زمانی که موش‌ها پیر می‌شوند، کلسیم در هنگامی که نباید، اندک اندک به بیرون نشت می‌کند و منجر به ضعیف شدن بافت ماهیچه‌ای می‌شود.

موش‌های اصلاح‌شده ژنتیکی که اثر تخریب رادیکال‌های آزاد در آنها کمتر شده، ماهیچه‌های قوی‌تری دارند و در سنین بالاتر، به فعالیت‌های ورزشی خود نسبت به موش‌هایی که اصلاح نشده بودند بیشتر ادامه می‌دادند. این موش‌های اصلاح‌شده در هر روز حدود یک کیلومتر بیشتر حرکت می‌کردند. این پژوهش نقش میتوکندری را در فرایند پیری ماهیچه‌ها نشان می‌دهد.

مارکز شرکتی را به نام آرمگو تأسیس کرده تا چندین ترکیب دارویی را به هدف جلوگیری از نشست کلسیم تولید کند؛ داروهایی که البته هنوز در مرحله اولیه آزمایش‌های بالینی هستند.

داروهای دیگری نیز در حال تولید هستند که با سارکوپنیا به روش‌های متفاوت می‌جنگند. بافت‌های ماهیچه‌ای دائماً در حال تغییرند و همزمان درهم‌شکسته و دوباره رشد می‌کنند، بنابراین هر ترکیبی که این تعادل را به سمت رشد هدایت کند می‌تواند به رشد ماهیچه‌ها کمک کند.

یک گروه از این داروها دربردارنده ترکیبی به نام بيمارگروماب است که عملکرد آن از طریق انسداد یک مسیر سیگنالینگ هدف گرفته‌شده توسط یک مسدودکننده رشد ماهیچه به نام میوستاتین است. دیگر داروها با شبیه‌سازی اثرات تستسترون به شیوه‌ای ایمن‌تر از داروهای استروئیدی عمل می‌کنند.

مارکز می‌گوید: «تمایل زیادی به تلاش در راستای کشف دارویی برای درمان سارکوپنیا وجود دارد زیرا در حال حاضر درمانی برای آن وجود ندارد».

در حقیقت تنها در 6 ماه گذشته بود که پژوهشگران آمریکایی بر روی چگونگی تعریف این بیماری به توافق رسیدند (که یک مرحله ضروری پیش از اخذ تأییدیه یک درمان دارویی است). سازمان ملی بهداشت ایالات متحده، این نتایج را در ماه می / اردیبهشت منتشر کرد.

البته یک راه طبیعی برای افزایش دادن ماهیچه‌ها وجود دارد: ورزش. عملکرد میتوکندری‌ها در ورزشکاران معادل افراد غیر ورزشکار با نصف سن آن‌ها است. یکی از بهترین قرص‌های ضد پیری، فعال ماندن است.