Wiadomości naukowe o chorobie Huntingtona. Prostym językiem.
Napisane przez naukowców. Dla globalnej społeczności HD.

Czy produkty mleczne przyspieszają chorobę Huntingtona?

Czy istnieje związek między spożywaniem nabiału i wcześniejszym początkiem choroby u osób z mutacją Huntingtona?

Napisany przez Dr Peter McColgan styczeń 13, 2014
Zredagowany przez Dr Ed Wild; Przetłumaczony przez Arkadiusz Szatkowski
Po raz pierwszy opublikowany listopad 28, 2013

Badanie poszukujące powiązań między dietą i początkiem objawów choroby Huntingtona nieoczekiwanie pokazało, że osoby, u których objawy pojawiły się wcześniej, częściej sięgały po produkty mleczne. Przyglądamy się szczegółom badania i wyjaśniamy dlaczego jeszcze nie odwieszamy noża do sera.

Jesteś tym, co jesz

‘Niezdrowe’ diety, te o wysokiej zawartości tłuszczów nasyconych i czerwonego mięsa, mogą istotnie wpływać na zdrowie, zwiększając ryzyko wystąpienia problemów zdrowotnych, takich jak rak i choroby serca.

Z drugiej strony, dieta bogata w nienasycone kwasy tłuszczowe, ryby, warzywa i owoce może mieć pozytywny wpływ na zdrowie. Przykładem ‘zdrowej’ diety jest ‘dieta śródziemnomorska’. Osoby będące na tej diecie są mniej narażone na rozwój choroby Parkinsona i choroby Alzheimera we wczesnym okresie życia.

Wiemy, że choroba Huntingtona zmienia zużycie energii przez komórki, może powodować utratę wagi, ale nie mamy żadnych użytecznych informacji o pokarmach, których osoby zagrożone HD powinny unikać a

które faworyzować.

PHAROS i dieta

Ostatnia publikacja z badania PHAROS w czasopiśmie *JAMA Neurology* weryfikuje związek pomiędzy dietą i pojawieniem się objawów w chorobie Huntingtona.

Badanie wykazało wyższą konsumpcję produktów mlecznych u osób, które rozwinęły objawy HD. Ale wyjaśnienie może nie być takie proste.

PHAROS - prospektywne badanie obserwacyjne osób zagrożonych chorobą Huntingtona, the Prospective Huntington's At-Risk Observational Study - obejmuje 1001 uczestników w 43 placówkach medycznych z całej Ameryki. Osoby zaangażowane w badanie miały rodzica, brata lub siostrę z chorobą Huntingtona, ale przed rozpoczęciem badania nie poddały się testom na HD. W ramach badania PHAROS przebadano wszystkich uczestników, jednak ani badani ani personel nie poznali wyników tych testów - wyniki utrzymywano w tajemnicy i wykorzystano wyłącznie do celów badawczych. Uczestnicy wyrazili zgodę na tego rodzaju test.

Naukowcy PHAROS chcieli dowiedzieć się, czy dieta śródziemnomorska może opóźnić moment pojawienia się objawów choroby Huntingtona u osoby z mutacją HD.

Badanych poproszono o wypełnienie ankiety żywieniowej. Pytania dotyczyły ilości potraw 'śródziemnomorskich' spożywanych w ostatnich miesiącach.

Naukowcy wykorzystali kwestionariusze do obliczenia wskaźnika podobieństwa diety uczestników do diety śródziemnomorskiej. Osoby spożywające dużo ryb, warzyw, orzechów i zbóż uzyskały wysokie wskaźniki, podczas gdy ci, którzy jedli jedzenie ‘nie-śródziemnomorskie’, jak mleko, kurczak, wołowina i tłuszcze nasycone, wyniki niższe.

Następnie, wszystkich badanych z mutacją HD podzielono na dwie grupy - osoby, u których w czasie 5 lat badania pojawiły się objawy choroby Huntingtona, i pozostałych, u których w tym czasie nie pojawiły się objawy. Badacze postawili pytanie, czy osoby, u których wystąpiły objawy HD miały niższe oceny w skali diety śródziemnomorskiej.

> Realnie trudno odpowiadać na pytania dotyczące stylu życia i diety, ponieważ bardzo trudno dowiedzieć się co powoduje co.

Dowód z puddingu

Naukowcy PHAROS nie znaleźli dowodów na to, że dieta śródziemnomorska opóźnia początek choroby Huntingtona u zagrożonych.

Jednakże, naukowcy postanowili bardziej zagłębić się w dane, przeanalizować oddzielnie poszczególne rodzaje żywności i sprawdzić czy niskie spożycie ryb, owoców, zbóż czy warzyw albo wysokie spożycie nabiału i mięsa spowodowało przyspieszenie pojawiania się objawów.

W ten sposób okazało się, że osoby spożywające duże ilości produktów mlecznych, takich jak mleko, jogurty i sery, były bardziej narażone na rozwój choroby Huntingtona w trakcie badania.

Naukowcy sugerują możliwe wyjaśnienie uzyskanych wyników. Picie mleka i spożywanie produktów mlecznych może obniżyć poziom pewnej substancji chemicznej we krwi - kwasu moczowego. Wcześniejsze badania

wykazały możliwy związek między niższym stężeniem kwasu moczowego we krwi i szybszym postępem choroby Huntingtona. Jednak w PHAROS nie mierzono poziomu moczanu.

Kurczak i jaja

Kusząca wydaje się sugestia, że to badanie dowodzi, iż spożywanie produktów mlecznych zwiększa ryzyko wystąpienia objawów choroby Huntingtona u osób z mutacją. Gdyby została potwierdzona, mielibyśmy podstawę do świadomych wyborów żywieniowych. Niestety, to nie jest takie proste, ponieważ istnieją inne możliwe wyjaśnienia tego związku.

Pierwsza możliwość jest taka, że osoby bliskie wystąpienia objawów HD mogą chętniej sięgać po produkty mleczne. Choć może to brzmieć dziwnie to wiemy, że przez mutację HD komórki potrzebują więcej energii, i to jeszcze zanim pojawią się objawy, takie jak nieprawidłowe ruchy. Zwiększone zapotrzebowanie na energię może zwiększać głód, prowadząc do wyższego spożycia niektórych pokarmów, w tym nabiału. Takie zmiany mogą się nasilać u osób bliskich wystąpienia objawów.

Co było pierwsze? Czy spożywanie nabiału przyspiesza wystąpienie objawów czy może bliskość wystąpienia objawów zwiększa apetyt na nabiał?

Inną możliwością jest to, że subtelne różnice myślenia mogły wpłynąć na udzielane odpowiedzi dotyczące diety. Pamiętajmy, że uczestników proszono, żeby przypomnieli sobie, co jedli w ostatnich miesiącach. Wiemy, że zmiany myślenia mogą pojawić się na wczesnym etapie choroby Huntingtona, istnieje ryzyko, że te zmiany mogły powodować, że osoby bliskie wystąpienia objawów, odpowiadały inaczej.

Wreszcie, istnieje pewna statystyczna osobliwość, która może prowadzić do niezwykłych rezultatów. Naukowcy nazywają to problemem ‘wielokrotnych porównań’. Jeśli rzucisz monetą dziesięć razy i za każdym razem wyrzucisz orła - będzie to dość niezwykłe. Ale jeśli powtórzysz rzut milion razy, możesz przez zwykły przypadek - nawet kilkukrotnie - uzyskać dziesięć orłów z rzędu. Wynik, który byłby niezwykłym w małym ‘eksperymencie’ staje się mniej interesujący, jeśli pochodzi z badań, w których wykonuje się wiele prób i powtórzeń.

Szukanie związku pomiędzy wystąpieniem objawów i różnymi dietami jest trochę jak wielokrotne rzucanie monetą - niesie ze sobą ryzyko uzyskania czegoś pozornie istotnego przez zwykły przypadek. Naturalnym jest zgłaszanie uzyskania interesujących wyników. Należy jednak pamiętać, że odpowiadanie na wiele pytań na podstawie jednego zestawu danych może prowadzić do pojawienia się ‘fałszywych tropów’.

Płakać nad rozlanym mlekiem?

Związek między spożyciem produktów mlecznych i początkiem choroby jest ciekawy ale póki co powinniśmy traktować te wyniki z przymrużeniem oka.

Realnie trudno odpowiadać na pytania dotyczące stylu życia i diety, ponieważ bardzo trudno dowiedzieć się co powoduje co. Odpowiedzi płyną zazwyczaj z ogromnych badań, w których obserwuje się dietę i styl życia przez dekady. Tego rodzaju wyniki dają nam wiedzę, jakim elementom przyglądać się w kolejnych, dłuższych badaniach.

Tymczasem, jeśli lubisz mleko, jogurt i ser, to pamiętaj, że nie ma twardych dowodów, aby stwierdzić, że nie powinieneś jeść ich w zdrowych ilościach.

Autorzy nie zgłosili konfliktu interesów. Aby uzyskać więcej informacji na temat naszej polityki informacyjnej zobacz FAQ...

Słownik

badanie obserwacyjne badanie, w którym dokonuje się pomiarów u ochotników, ale nie jest stosowany żaden eksperymentalny lek lub kuracja

---

© HDBuzz 2011-2015. Treści HDBuzz można rozpowszechniać na warunkach Ogólna Licencja Creative Commons: Uznanie autorstwa - Na tych samych warunkach, 3.0 .
HDBuzz nie jest źródłem porad medycznych. Aby dowiedzieć się więcej zobacz hdbuzz.net
Wygenerowano październik 01, 2015 — Pobrany z http://pl.hdbuzz.net/150