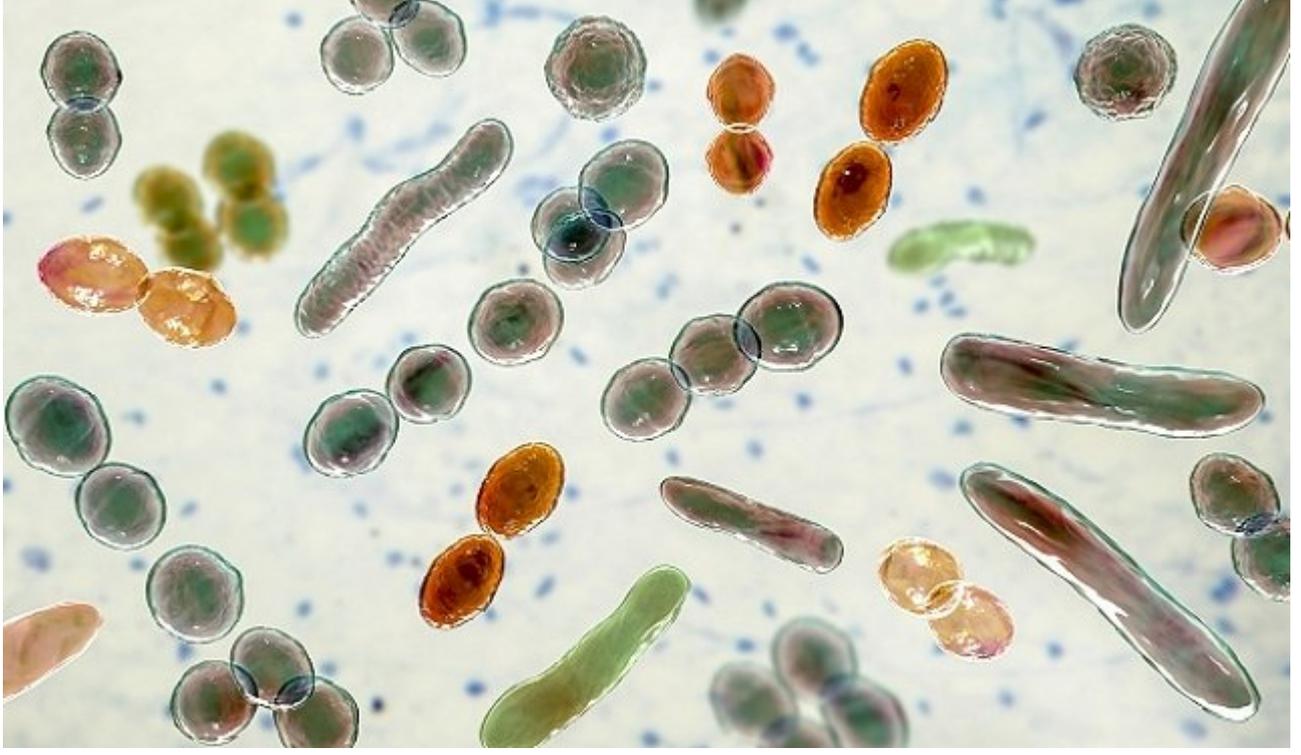


دراسة: علاج الاكتئاب يبدأ من المعدة

31 | written by TEST1 | أغسطس، 2025



لطالما كان الجهاز الهضمي حاضراً في أبحاث الدماغ لعدة قرون، وفي أوائل القرن التاسع عشر، رأى الطبيب الشهير في لندن، جون أبرنيثي، أن اضطراب المعدة هو أصل جميع الاضطرابات العقلية

خلال العقود الماضية، اقترحت دراسات وأبحاث كثيرة، وجود صلة ما بين النظام الغذائي والصحة العقلية، وفي نتائج دراسة نشرتها صحيفة "واشنطن بوست" الأميركية مؤخراً، تقدّم بعض الأدلة على أن الإنسان هو ما يأكله حرفياً، كما جاء في تصريح لمؤلف الدراسة، الباحث في علم الوراثة في مركز إيراسموس الطبي في روتردام - هولندا، أندريه أوترليندن.

وتقول الدراسة، إن ما يشعر به الإنسان يرتبط ارتباطاً وثيقاً بما يأكله ويستهلكه، ويبدو أن ميكروبيوم الأمعاء - الجينوم الجماعي لترايونات البكتيريا التي تعيش في الأمعاء، والتي تأتي مما يأكله الإنسان ويشربه، تؤثر على المزاج والعقلية.

ولطالما كان الجهاز الهضمي حاضراً في أبحاث الدماغ لعدة قرون، وفي أوائل القرن التاسع عشر، رأى الطبيب الشهير في لندن، جون أبرنيثي، أن اضطراب المعدة هو أصل جميع الاضطرابات العقلية، كما جاء في التقرير.

وغالباً ما يتم الإبلاغ عن أعراض الجهاز الهضمي لدى الأشخاص المصابين بأمراض نفسية، وتشيع بعض التغيرات التي تتعلق بالوزن والشهية بين الأشخاص المصابين بالاكتئاب، ويقول باحثون، إن الرابط بين الطعام والمزاج هو أمر حقيقي، والذي أثبتته دراسات عديدة على مر السنوات السابقة.

وتقول الصحيفة، إنّ هذه الدراسة تحرك المياه الراكدة في هذه الأبحاث، إذ جمع القائمون على الدراسة عينات من ألف شخص، كما قدّم هؤلاء تقريراً ذاتياً حول الاكتئاب، باستخدام تقييم مكون من 20 سؤالاً. وكشف الباحثون في هذه الدراسة، عن 16 نوعاً من البكتيريا تتسبب بأعراض الاكتئاب بدرجات متفاوتة.

وربطت دراسة نُشرت في عام 2022 في مجلة "ساينس" ومجلة "نيتشر جينيتكس"، بين حالات الاكتئاب وبين خلل في بعض الميكروبات في الأمعاء، وقال عالم البيئة الميكروبيّة في جامعة كاليفورنيا الأميركيّة، جاك جيلبرت، إنّ هذا الاكتشاف يمثل دليلاً قوياً على أنّ هذا الارتباط يمكن أن يكون له أهميّة إكلينيكيّة كبيرة".

ويحاول الباحثون منذ أكثر من 40 عاماً، يحاول الباحثون تحديد أسباب الاكتئاب والاضطرابات الدماغية، وخلصت عدد من الدراسات إلى أنّ المتغيرات الجينية قد تؤثر على وفرة أو قلة بعض الميكروبات، وبالتالي ترتبط بشكل وثيق بـ46 نوعاً من الأمراض والاضطرابات الدماغية الشائعة، ومنها مرض الاكتئاب.

وكان باحثون قد حدّدوا نوعين من البكتيريا المسبّبة لهذا المرض، "مورغانيل" و"كيبديلا"، حيث زادت أعراض الاكتئاب لدى المرضى، تعرضهم لهذه البكتيريا.

ويقول باحثون، إنّ الحسم في هذه المسائل، يحتاج إلى دراسات أخرى وفيرة، من أجل خفض مستويات البكتيريا من القناة الهضميّة، لتخفيض أعراض الاكتئاب.

وقال الباحثون إنه إذا أثبتت الأبحاث المستقبلية أنّ أى اختلالات بكتيرية تساعد بالفعل في التسبب في الاكتئاب فقد يشكل ذلك أساساً لعلاجات جديدة مثل البروبيوتيك أو البريبايوتكس.