

Риск болезней выше, если сбит суточный ритм

Ученые знают, что у 30% людей, страдающих алкоголизмом, развиваются серьезные заболевания печени. Однако до настоящего времени доктора не могли понять, почему лишь часть алкоголиков подвергается риску. Теперь, похоже, наконец появился ответ на этот вопрос: люди с нарушениями сна и суточных (циркадных) ритмов в большей степени подвержены риску заболеваний.

Для исследования этого явления ученые Северо-западного университета и Медицинского центра университета Раша (США) провели эксперимент на мышах. Первая группа мышей не имела проблем с нарушением сна и циркадных ритмов, а во второй группе мыши из-за дефектного гена страдали нарушением циркадных ритмов. Обе группы держали по очереди на алкогольной и безалкогольной "диете", и выяснили, что сочетание нарушения циркадного ритма и алкоголя - это двойной удар по печени. Если у мышей был нарушен сон, то они в большей степени склонны к развитию болезней печени.

Ученые давно подозревали, что нарушение циркадного ритма является дополнительным фактором риска, но теперь понятно, что нарушения такого типа должны исследоваться в первую очередь при диагностике и назначении лечения.

Еще несколько лет назад, когда исследователи в Медицинском центре университета Раша изучали пациентов с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и печени, они предположили, что, вероятно, время суток играет роль в развитии болезни. Так, некоторые пациенты с заболеваниями кишечника испытывали острые приступы боли при бодрствовании в ночное время, но вполне сносно чувствовали себя в течение дня. Именно тогда у ученых и возникла мысль подробно исследовать влияние циркадного ритма на развитие болезни.

Первые исследования проверили колит у мышей, и оказалось, что у мышей с нарушенным сном формы колита были более тяжелыми. На следующем этапе исследования ученые анализировали синдром повышенной проницаемости кишечника (когда слизистая оболочка становится слабой, и опасные токсины из-за этого попадают в кровь и "убивают" печень). Ученые предположили, что нарушение циркадных ритмов может усугубить течение болезни и сделать кишечник более проницаемым. Во время опытов исследователи поили мышей алкоголем, ведь нередко проницаемость кишечника развивается у людей, злоупотребляющих спиртным. Ученым уже известно, что проницаемость кишечника провоцирует деятельность кишечных бактерий. Почему вдруг так происходит, ученые еще не знают, но теперь доказано, что нарушение циркадного ритма способствует скорому развитию синдрома повышенной кишечной проницаемости.

В Северо-западном университете проводили опыты на двух группах мышей. У одной группы нарушения циркадного ритма были связаны с генетическим дефектом, у другой нарушение являлось приобретенным, вследствие смены режима дня. Даже при безалкогольной "диете" у мышей в обеих группах повысилась проницаемость кишечника.

Далее мышей поили спиртом, и уже после первой недели тестов в обеих группах наблюдались нарушения работы желудочно-кишечного тракта. После трех месяцев испытания, у мышей начала развиваться спровоцированная алкоголем болезнь печени. В это же время третья, контрольная группа сохраняла относительное здоровье.

Ученым удалось доказать, что именно нарушение циркадного ритма способствует быстрому развитию проницаемости кишечника, что впоследствии приводит к тяжелой патологии печени. Важно понимать, что в случае с людьми нарушения циркадного ритма вызваны образом жизни, режимом дня, а следовательно, могут быть скорректированы. То есть, человек сам может выровнять свой ритм дня и ночи, тем самым снизить риск заболевания. По мнению исследователей, современные врачи обязательно должны исследовать режим дня пациента при принятии решения о дальнейшем лечении.

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)