

HEILSA

Kronisk møði – likamlig ella sálarlig sjúka?

Nøkur síggja kroniska møði sum eina sálarliga líðing, meðan onnur síggja hetta sum eina fløkta likamliga sjúku, sum ikki neyðturviliga hevur eina einstaka orsök. Nú heldur ein bólkur av granskarum, at tey móguliga vita, hvør samanhangurin er

Sambært nýggjari gransking er nógv, sum talar fyri, at kronisk møði er ein likamlig sjúka heldur enn ein sálarlig sjúka



Vilmund Jacobsen

Danskir granskarar hava eftir øllum at døma funnið út av ávís-um samanhangi við brekum í kykn-unum í mannalikaminum.

Hetta kann móguliga greiða spurningin, hví menniskju, sum líða av kroniskari møði, gerast ógvuliga avmaktað - sjálvt við lítlari rørslu.

Líðingin, sum kroniskur troyttleiki er, er eitt vísindaligt loyndarmál.

Tað er eingin effektiv viðgerð móti støðuni, sum verður lýst við einari óvanligari og áhaldandi kenslu av møði og orkuloysu.

Kroniskur troyttleiki sæst serliga millum kvinnur, og oftast kemur hetta til sjóndar í 29-35 ára aldri.

Útloysandi sjúkueyðkennini kunnu vera ein ígerð sum eitt nú krím ella beinkrím, men eisini likamlig og sálarlig bráðstrongd kunnu útloysa kroniska møði.

Millum granskarar og læknar á einari síðu og aðrar læknar, sjúklingar og sjúklingafelagsskapir á hinari síðuni, er ósemja um, hvat

ein slík støða skal kallast, eins og ósemja eisini er um orsök og viðgerð av sjúkuni.

Sálarlig ella likamlig

Nøkur síggja kroniskan troyttleika sum eina sálarliga líðing, meðan onnur síggja hetta sum eina fløkta likamliga sjúku, sum ikki neyðturviliga hevur eina einstaka orsök.

Nú heldur ein bólkur av donskum granskarum, at tey eru komin eftir einari móguligari frágreiðing í hesum spurningi.

Í longri tíð hava hesir granskarar kannað kyknur hjá sjúklingum við kroniskari møði, og tey halda seg hava funnið tekin um, at eitt hvørt er galið við sonevndu mitokondri'unum í kyknunum.

Nevnast kann, at "mitokondri" er at meta sum sjálvt kraftverkið í einari kyknu. Hetta eru smáar bakteriulíknandi skipanir, sum eru at finna í at kalla øllum kyknunum í likaminum.

Mitokondriur hava sítt egna DNA, sum er øðrvísi enn DNAið í kyknunum annars. Uppgávan hjá

mitokondri'unum er at bróta niður føðsluevnini í tí mati, vit eta og at umskapa evnini til orkuríka evnið, ATP, sum veitir orku til kyknurnar.

Orkuframleiðslan hjá mitokondri'unum, sum stendur fyri 95 prosentum av orkunýtsluni hjá likaminum, framleiðir eisini ótørv - ella avfallsevni - sum Co2 og ymisk reaktiv ella andgerðarfús evni, sum kunnu gera skaða á DNA, proteínir, fitievni og yvirhøvur á alt, sum er í námindi.

Kyknurnar í likaminum framleiða eina ávísa mongd av ensyminum Q10, sum er avgerandi fyri orkuframleiðsluna hjá mitokondri'unum. Men, Q10 hevur eisini eina funktión sum bótarevni (anti-oxidantur) í mitokondri'unum, har Q10 eitt nú verjir serliga DNAið hjá hesum.

Ein likamlig sjúka

Granskarar hava funnið sonevnd auto-mótevni, sum leypa á vevnaðin í egnum likami. Tey hava funnið ótørv - avfallsevni - frá stoffskiftinum í blóði og landi,

har samansetingin bendir á, at likamið hevur trupult við at umskapa føðsluevnini í mati til orku. Harafturat hava granskarar funnið nakrar lívfrøðiligar broytingar í hormonskipanini.

Sambært granskarunum er tískil líkt til, at tað er immunskipanin, stoffskiftið og hormonskipanin, sum verður ávirkað av kroniskari møði. Granskararnir hava soleiðis ein mistanka um, at tað eru brek í mitokondri'unum hjá sjúklingum, ið er felagsnevnanin, sum er orsøkin til kroniskan troyttleika.

Fyribils er ávíst, at mús við brekum í hesum trimum skipanunum - immunskipanini, stoffskiftinum og hormonskipanini - fáa líknandi sjúkueyðkenni.

Í granskingini verða kyknur, sum verða hildnar á lívi í kanningarstovu uttan fyri likamið, kannaðar, og hesar verða útsettar fyri ymisk sløg av strongd.

Sambært nevndu gransking er nógv, sum talar fyri, at kroniskur troyttleiki er ein likamlig sjúka heldur enn ein sálarlig sjúka.

Hvat kann gerast?

Men, hvat kann so ein sjúklingur so gera, meðan bíðað verður, tá viðgerðin ikki er beint hinu megin hornið, sum tikið verður til.

Úrslit frá øðrum granskingum við sjúklingum, sum líða av kroniskum troyttleika, hava víst, at støðið av Q10 í blóðinum er munandi lægri hjá fólki við kroniskari møði enn hjá frískum fólki.

Gransking visir, at móguleiki er at minka um sjúkueyðkennini við at taka tilskot við Q10.

Egna framleiðslan av Q10 steðgar, tá fólk eru fyrst í 20'unum, og tá minkar Q10 í likaminum so hvørt, sum árin ganga. Hjá frískum fólki vil rørsla í ávísan mun økja um framleiðsluna av Q10, men soleiðis er eftir øllum at døma ikki hjá fólki við kroniskum troyttleika.

Kostur hevur bert eina avmarkaða mongd av Q10, og tí er egna framleiðslan í likaminum tann mest avgerandi keldan til Q10.

Kelda: www.helse.dk