

Krónikus fáradtság-hoz vezet a lustaság

2004. október 07.

A krónikus fáradtság-szindróma egyre nagyobb társadalmi réteget érint, de kialakulásának okai egyelőre még nem ismertek. Tudósok szerint leginkább azok hajlamosak rá, akik gyerekkorukban kevés fizikai gyakorlatot végeztek. Brit kutatók szerint a kevés fizikai gyakorlatot végző gyermekek körében később megnövekszik az ME (myalgic encephalomyelitis) betegség, vagy más néven krónikus fáradtság-szindróma kialakulásának veszélye.

A krónikus fáradtság valódi betegség, egyre nagyobb társadalmi réteget érint, de kialakulásának okai egyelőre még nem ismertek. Egyes tudósok korábban pszichológiai tényezőkkel magyarázták a betegség kialakulását, mások arra a következtetésre jutottak, hogy az agyban lévő kémiai egyensúlyhiány okozhatja. Abban azonban mindenki egyetért, hogy a tünetek bárkinél kialakulhatnak, a betegség ugyanis nem válogat sem korban, sem nemben. A krónikus fáradtság-szindróma tünetei többek között az izom- és ízületi fájdalom, a fáradékonyság, az emlékezetvesztés, a zaj-, fény- és alkoholérzékenység, a csökkent koncentrációképesség, az emésztési rendellenességek, illetve a súlyos kimerültség, ami évekig is eltarthat, és a beteget ágyban fekvésre kényszerítheti.

A londoni Royal Free and University College Medical School kutatói szerint a betegség kialakulásának okát a mozgásszegény-életmódban kell keresni. Több mint tizenhatezer fő bevonásával végzett vizsgálatukban - amelyben harminc éves korukig követték nyomon az 1970 áprilisában születetteket - a brit kutatók ugyanis arra az eredményre jutottak, hogy a betegség a gyerekkorukban kevés fizikai tevékenységet végzőket sújtja a leginkább.

Russell Viner kutatásvezető a BBC-nek elmondta, a jelenség egyértelműen kimutatható volt a betegség szenvedői körében. Szintén kockázatnövelő tényezőnek bizonyult a magasabb társadalmi rétegbe való tartozás, ellenben nem mutatkozott összefüggés a túlsúlyossággal, allergiával, születési sorrenddel, vagy pszichológiai tényezőkkel. Kiderült továbbá az is, hogy a tünetcsoport gyakrabban fordul elő a nőknél, mint a férfiaknál.

Az Action for ME jótékonyági szervezet képviselője, Chris Clark fontosnak tartja az eredményeket, úgy véli, az üzenet egyértelmű: mindenképpen támogatni kell a rendszeres gyermekkori testmozgást.

Dr. Nigel Speight, a University Hospital of North Durham gyermekorvosa azonban felhívja a figyelmet, hogy a betegség valódi okainak feltárásában az egyéni eseteket kell értékelni, hiszen előfordulhat, hogy a gyermekkori passzivitás hátterében az áll, hogy a betegség enyhe formában már jelentkezett.

Nagy-Britanniában 240 ezer ember szenved krónikus fáradtság-szindrómában, a becslések szerint ebből 25 ezer a fiatal és a gyermek.