

## «Πριονίσαμε» το ανοσοποιητικό μας

ΓΙΑΝΝΗΣ ΕΛΑΦΡΟΣ



«Από τα φυτοφάρμακα στην τροφή μας μέχρι τα καθαριστικά στα ντουλάπια μας και τα καλλυντικά στο μπάνιο μας, όλα περιέχουν χημικές ουσίες οι οποίες παρεμβαίνουν στις λειτουργίες του ανθρώπινου σώματος, ακόμα και πριν από τη γέννησή του, ελαττώνοντας τις άμυνές του», λέει η καθηγήτρια Ιατρικής. SHUTTERSTOCK

### Κορωνοϊός

Σε αχαρτογράφητα νερά κινούμαστε με την επιδημία του COVID-19, ενώ υπάρχουν πολλά ερωτήματα που πρέπει να ερευνηθούν για τον τρόπο που ο νέος κορωνοϊός επιδρά και πλήττει τον ανθρώπινο οργανισμό. Ένα στοιχείο που δεν έχει αναδειχθεί ιδιαίτερα στη μέχρι τώρα συζήτηση, αφορά τις δυνατότητες του ανοσοποιητικού μας συστήματος και κατά πόσον

έχουν αυτές τρωθεί από τη χρόνια, εκτεταμένη και πολύπλευρη υποβάθμιση του περιβάλλοντος. «Ενώ εξελίσσεται η τρέχουσα πανδημία υπάρχει ένα “μυστικό” που οφείλουμε να ξεχωρίσουμε: είναι η μακροχρόνια έκθεση σε περιβαλλοντικούς παράγοντες που αναμφισβήτητα επηρεάζουν το ανοσοποιητικό μας σύστημα. Εκεί βρίσκεται η αιτία για τις μειωμένες αντοχές του οργανισμού μας όσον αφορά την αντίσταση σε μικρόβια και ιούς, όπως συμβαίνει με τον COVID-19 που μας επισκέφθηκε πρόσφατως», λέει στην «Κ» η κ. Πολυξένη Νικολοπούλου-Σταμάτη, καθηγήτρια στην Ιατρική Σχολή του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου. Έχοντας ιδρύσει το μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Περιβάλλον και Υγεία» στην Ιατρική Σχολή του ΕΚΠΑ, η κ. Νικολοπούλου-Σταμάτη έχει μακρά και εις βάθος ενασχόληση με τις επιπτώσεις της περιβαλλοντικής κρίσης στην ανθρώπινη υγεία.

«Στο επίπεδο του κινδύνου, κατά την επιστημονική βιβλιογραφία, οι Corona ιοί είναι γνωστοί εδώ και πολλά χρόνια. Πρόκειται για ιούς που διαφέρουν σημαντικά μεταξύ τους. Κάποιοι ιοί μπορεί να επιφέρουν τον θάνατο στο 30% των κρουσμάτων και κάποιοι άλλοι είναι σχεδόν αβλαβείς όπως το κοινό κρυολόγημα. Στην περίπτωση του COVID-19 τα συμπτώματα περιλαμβάνουν αναπνευστικά προβλήματα, πυρετό, βήχα και δύσπνοια. Σε ορισμένες, όμως, περιπτώσεις ο ιός μπορεί να προκαλέσει πνευμονία, οξύ αναπνευστικό σύνδρομο, βλάβη στους νεφρούς και μπορεί ακόμη να επιφέρει και τον θάνατο στα πλέον κρίσιμα περιστατικά. Στις περισσότερες των περιπτώσεων δεν είναι τίποτα άλλο παρά ένα απλό κρυολόγημα», λέει στην «Κ». Δεν παραλείπει να υπογραμμίσει πως «οφείλουμε να πάρουμε τα αναγκαία μέτρα προφύλαξης και μη διασποράς του ιού. Είναι υποχρέωση στον εαυτό μας αλλά και στους γύρω μας, γνωστούς και αγνώστους».

Δεν κρύβει την ανησυχία της για τη δυνατότητα του ιού να προσβάλει τον ανθρώπινο οργανισμό και σε ένα ποσοστό να τον καταβάλει. «Όλοι αναρωτιόμαστε αν υπάρχει άραγε κάποιο μυστικό στην τρέχουσα πανδημία. Τι κρύβεται δηλαδή κάτω από το κόκκινο χαλί που έχει στρωθεί για την υποδοχή του καινούργιου κι ανεπιθύμητου “Guest Star” των κορονοϊών», σημειώνει. Ένας παράγοντας που πρέπει οπωσδήποτε να συνυπολογιστεί και να εξεταστεί είναι η ρύπανση αλλά και η υποβάθμιση του περιβάλλοντος και ο τρόπος που συμβάλλουν στην τρωτότητα του ανοσοποιητικού μας.

## **Τα αυτοάνοσα**

Ένα παράδειγμα που δείχνει την αλλοίωση της άμυνας του ανθρώπινου οργανισμού είναι η μεγάλη αύξηση των αυτοάνοσων νοσημάτων. «Κανείς δεν μπορεί με απόλυτη βεβαιότητα να προσδιορίσει τον λόγο της αύξησης των αυτοάνοσων νοσημάτων τα τελευταία 100 χρόνια, γεγονός που δείχνει ότι κάτι συμβαίνει στο ανοσοποιητικό μας. Έχουμε, όμως, επιστημονικές ενδείξεις ότι η έκθεση σε περιβαλλοντικούς παράγοντες παίζει σημαντικό ρόλο. Φαίνεται ότι η γονιδιακή προδιάθεση είναι σημαντική για την εμφάνιση των αυτοάνοσων νοσημάτων, αλλά δεν εξηγεί επαρκώς την αύξησή τους. Το πιθανότερο είναι να πρόκειται για συνδυασμό της επίδρασης των περιβαλλοντικών παραγόντων με γονιδιακή προδιάθεση», λέει στην «Κ» η κ. Νικολοπούλου-Σταμάτη. «Η περιβαλλοντική έκθεση περιλαμβάνει ό,τι τρώμε, πίνουμε, αναπνέουμε, αλλά και τους παράγοντες στους οποίους εκτιθέμεθα, όπως η κοσμική ακτινοβολία, η ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία, η ατμοσφαιρική ρύπανση και βέβαια η κλιματική αλλαγή».



Η καθηγήτρια στην Ιατρική Σχολή του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και ιδρύτρια του μεταπτυχιακού προγράμματος «Περιβάλλον και Υγεία» Πολυξένη Νικολοπούλου-Σταμάτη.

Πού βρίσκονται οι παράγοντες που ρυπαίνουν και υποβαθμίζουν το περιβάλλον και διεισδύουν στον ανθρώπινο οργανισμό; «Εκατομμύρια τόνοι βιομηχανικών ουσιών, φτιαγμένων από τον άνθρωπο και ανύπαρκτων μέχρι πριν από τουλάχιστον 100 χρόνια, βρίσκονται στην τροφή μας, στον τρόπο ζωής μας, στις κοινωνικές μας δραστηριότητες. Από τα φυτοφάρμακα στην τροφή μας μέχρι τα καθαριστικά στα ντουλάπια μας και τα καλλυντικά στο μπάνιο μας, περιέχουν χημικές ουσίες, οι οποίες παρεμβαίνουν στις λειτουργίες του ανθρώπινου σώματος, ακόμα και πριν από τη γέννησή του, ελαττώνοντας τις άμυνές του», εξηγεί η καθηγήτρια της Ιατρικής.

Μιλώντας για τον COVID-19 πολλοί αναφέρονται σε έναν «αόρατο εχθρό», αν και μπορεί να ανιχνευθεί με τα τεστ, που επιβάλλεται να πολλαπλασιαστούν. «Αόρατη» και «αθόρυβη» είναι όμως και τοξική ρύπανση που δέχεται καθημερινά ο σύγχρονος άνθρωπος. «Συνήθως δεν αντιλαμβανόμαστε άμεσα τη βλάβη που υφίσταται ο οργανισμός μας, γιατί η τοξική επίδραση της περιβαλλοντικής έκθεσης είναι χαμηλή και ύπουλη, δεν προκαλεί άμεσα ορατά αποτελέσματα. Σιγά σιγά, όμως, αποδυναμώνεται το ανοσοποιητικό μας σύστημα, που είναι ουσιαστικά η άμυνα του οργανισμού μας», τονίζει η κ. Νικολοπούλου-Σταμάτη.

«Είχαμε και παλαιότερα επιδημίες και πανδημίες χολέρας, βουβωνικής πανώλης, ανεμοβλογιάς, αλλά και HIV με θανάτους εκατομμυρίων ανθρώπων. Η αλήθεια είναι ότι σήμερα βρισκόμαστε αντιμέτωποι με μια σοβαρή απειλή που δεν μοιάζει δυστυχώς με τίποτα προηγούμενο. Και αυτό, ας μη γελιόμαστε, συμβαίνει γιατί δεν έχουμε όλοι τις ίδιες άμυνες, αλλά και το κυριότερο, δεν ξέρουμε πώς συμπεριφέρεται ο περίφημος ιός, τι ιδιότητες έχει, με τι όπλα μπορούμε να τον πολεμήσουμε». Κι ενώ ζούμε σε μια εποχή μεγάλης επιστημονικής και τεχνολογικής ανάπτυξης, αυτή συνοδεύεται από μια υποβάθμιση των δυνατοτήτων του ανθρώπινου οργανισμού. Η ίδια δεν παραλείπει να σημειώσει πως η ακούσια ή εκούσια περιβαλλοντική έκθεση έχει επιβαρύνει το ανοσοποιητικό σύστημα όλων των ανθρώπων, άλλων λιγότερο άλλων περισσότερο, «κι αυτό γιατί θέλουμε όλα όσα μας προσφέρει ο ακατανίκητος καταναλωτισμός χωρίς να υπολογίζουμε τις αρνητικές επιπτώσεις».