



● **Tıp Dünyasından Kısa Kısa...**

- Migren ve Beyinde Yaygın Demir Birikimi İlişkili Bulundu
- Bebeklik Döneminde Küfe Maruz Kalmak
- Astım Riskini Artırıyor
- Pasif Sigara İçiciliği Demans Riskinde Artışa Yol Açıyor
- Hava Kirliliğinin Kardiyovasküler Etkilerinden Basit Bir Maske Takarak Kurtulmak Mümkün
- Metabolik Sendromlu Obezlerde Hangi Diyet Kiloya ve Karın Bölgesindeki Yağlanmaya Karşı Daha Etkili?
- Şizofreni Tedavisinde Olanzapin Semptomların Düzelmesinde Daha Etkili Bulundu
- Aeroalerjenlere Duyarlılık Artıyor
- Az Uyku Koroner Arterlerde Kalsifikasyon Riskini Artırıyor

● **Kongreler**

● **Kaybettiklerimiz**

Migren ve Beyinde Yaygın Demir Birikimi İlişkili Bulundu

Cephalgia 2009;29:351-9'da yayımlanan makalede migren hastaları üzerinde yapılan manyetik rezonans görüntüleme (MRG) ile yapılan çalışmada, multipl derin beyin çekirdeklerinde artmış demir birikimi gözlemlendiği belirtildi.

Çalışma, 138 migren hastası ve 75 kontrol ile Hollanda Leiden Üniversitesi Tıp Fakültesinde gerçekleştirildi. Dr. Kruit ve arkadaşları tarafından yapılan bu çalışmada; 50 yaşın altındaki migren hastalarından oluşan çalışma grubunda, yaş uyumlu kontrol grubuna oranla putamende ($p=0.02$), globus pallidusta ($p=0.03$) ve kırmızı nükleusta ($p=0.03$) lokal demir birikimi bulgularına rastlandı. Aynı çalışma grubu yine Cephalgia dergisinin Mart sayısında bir not yayınlamak demir birikiminin migren ataklarının sebebi olup olmadığının bilinmediğini bildirdi.

Dr. Kruit ve arkadaşları yapmış oldukları çalışmanın daha önceden yapılan ve migren hastalarında periakvaduktal gri madde ve kırmızı çekirdekte artmış demir saptanan çalışmanın bulgularını desteklediğini, ancak demir birikiminin sadece bu bölgelerde kalmayıp diğer derin beyin çekirdeklerini de etkilediğini gösterdiğini belirtti. Dr. Kruit ayrıca, demir depolanmasının bir semptom mu, yoksa örneğin; serbest radikal oluşumunu artıran bir mekanizma ile bir neden mi olduğunun ileri çalışmalarla aydınlatılması gerektiğini, üstelik çalışmalar sırasında geniş beyin bölgelerinin taranması zorunluluğunun bu çalışmayla kanıtlandığını ortaya koydu.

Bebeklik Döneminde Küfe Maruz Kalmak Astım Riskini Artırıyor

Ann Allergy Asthma Immunol 2009;102:131-7'de yayımlanan çalışma ile bebeklik

döneminde küfe maruz kalmanın astım riskini artırdığı belirtildi.

Söz konusu çalışma, Ohio'daki Cincinnati Üniversitesi Çevre Sağlığı Bölümünden Dr. Iossifova ve arkadaşlarına ait. Çalışma grubunun 483 çocuk üzerinde Astım Belirleyici İndeksi [Asthma Predictive Index (API)]'ni kullanarak yapmış oldukları bu araştırmanın bir diğer sonucu ise; gebelik döneminde annenin sigara içmesinin ileride çocukta astım gelişmesine neden olan önemli bir risk faktörü olduğunun kanıtlanması.

Çalışmada, bebeklerin yaşam ve oyun alanlarından toz ve küf örneklerinin alınarak incelendiği ve bebeklerin 1 yaşından itibaren düzenli kontrollerle izlendiği bildiriliyor. Ayrıca çalışmaya katılan bebeklerin tümünde alerjik deri testlerinin yapıldığı ve ebeveynlerinden detaylı bir anket formu ve düzenli hırıltılı solunum raporları alındığı belirtiliyor.

Çalışmanın sonuçlarına göre, ev tozlarında yaygın olarak bulunan (1-3)-beta-D-glukan'ın alerjik uyarılmaya bağlı solunum sıkıntısında önemli bir risk faktörü olduğu belirtiliyor. Çalışmada, yaşadıkları ortamda gözle görülebilen küf bulunan bebeklerin, küfe maruz kalmayan yaşlılarına göre alerjik uyarılmaya bağlı solunum sıkıntısı yaşama konusunda 6 kat, pozitif API gösterme konusunda 7 kat daha fazla riske sahip oldukları saptanmıştır. Gebelikte sigara içen annelerin bebeklerinde alerjik uyarılmaya bağlı solunum sıkıntısı yaşama riski 13.7 kat, astım gelişme riski ise 4.4 kat daha fazla bulunmuştur.

Pasif Sigara İçiciliği Demans Riskinde Artışa Yol Açıyor

Sigara içiminin bilişsel yetersizlik ve demans konusunda bir risk faktörü olduğu, yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır.

Cambridge Üniversitesi Halk Sağlığı ve Primer Bakım Bölümünden Dr. Llewellyn ve arkadaşlarının çalışması pasif içiciliğin de çok zararlı olduğunu ortaya koyuyor. Söz konusu çalışma BMJ Online'da 12 Şubat 2009 tarihinde yayımlandı. Araştırmacı-

lar bu çalışmada 50 yaş üzerindeki (yaş ortalaması= 65.1) sigara içmeyen 4809 kişiden tükürük örneği alarak “cotinine” açısından test ettiler.

Bir nikotin ürünü olan “cotinine” sigara dumanına maruz kaldıktan 25 saat sonra bile tükürükte saptanabiliyor. Çalışmada beyin fonksiyonu ve bilişsel durumun değerlendirilmesi için ise tanımlanmış nörofizyolojik testler kullanılarak hafıza, rakamsal ve sözcüksel akıcılık üzerine odaklanıldığı bildiriliyor. Katılımcıların sonuçlarına göre global bir bilişsel fonksiyon skoru tanımlanarak bunun %10’unun altında skor alanlar bilişsel yetersiz olarak değerlendiriliyor. Buna göre yapılan istatistiklerde bilişsel yetersizlik ile tükürükteki yüksek “cotinine” düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptandığı belirtiliyor. Aynı patern sigara içen deneklerde de gözlenmiş.

Pasif içiciliğin neredeyse sigara içenler kadar zararlı olup, diyabet, kardiyovasküler hastalık, hipertansiyon ve inme risklerini artırdığı öteden beri biliniyordu. Artık bu hastalıklara bilişsel yetersizlik ve demansı da eklemek gerekiyor. Yakın zamanda değişik ülkelerde, pasif içiciliğin hafıza üzerinde olumsuz etkiler yaptığı sonucuna ulaşan çalışmalar yayımlanıyordu. Anstey ve arkadaşları yaptıkları bir meta-analizde, bu konuda yayımlanmış 19 prospektif çalışmayı değerlendirerek sigara içimiyle Alzheimer ve vasküler demans riskinin %80’e kadar arttığını göstermişlerdir. Bu çalışma, American Journal of Epidemiology dergisinin Ağustos, 2007 sayısında yayımlanmıştı. Dr. Llewellyn ve arkadaşlarının çalışması da, bu sonuçları güçlü kanıtlarla destekliyor gibi görünmektedir.

Hava Kirliliğinin Kardiyovasküler Etkilerinden Basit Bir Maske Takarak Kurtulmak Mümkün

Langrish ve arkadaşlarının Particle and Fibre Toxicology 2009;6:8’de yayımlanan çalışmaları bu çarpıcı başlığı taşıyor.

Hava kirliliğinin özellikle kardiyovasküler morbidite ve mortaliteyi artıran önemli faktörlerden biri olduğu genel olarak bilinmekteydi. Hava kirliliği kan basıncının artmasına, endotel disfonksiyonuna ve miyokard iskemisine yol açarak sağlığı tehdit etmektedir. “Böylesine ciddi etkileri olan hava kirliliğinden bir maske takarak ne derece korunulabilir?” sorusuna yanıt aramak için bu çalışmanın planlandığı belirtiliyor.

Çalışma için yaş ortalaması 28 olan 15 sağlıklı gönüllü denek olarak kullanılmış ve deneklerin hava kirliliğinin çok yoğun yaşandığı Pekin’in en işlek caddelerinde maskeli ve maskesiz olarak yürümeleri istenmiştir. Deneklerin kalp atım sayıları, solunum sayıları ve rotaları izlenmiş, elektrokardiyografileri ve kan basınçları da monitörize edilmiştir. Şehirde 2 saatlik yürüyüşlerde deneklerin takibi ve sonuçların analizi sonucunda, maske takan grupta hava kirliliğinin kan basıncı ve kalp atımı üzerinde yarattığı değişkenlik gibi olumsuz etkilerde belirgin düşüş izlenmiştir.

Bu sonuçlara göre kardiyovasküler hastalıklar açısından risk grubunda yer alan bireylerin özellikle büyük şehirler gibi hava kirliliği yüksek olan bölgelerde açık havada yaptıkları yürüyüş, egzersiz vs. gibi aktivitelerde basit ve kullanımı kolay olan maskeleri kullanmaları, kalp hastalıklarından korunmada etkili bir yardımcı yöntem olarak bildirilmiştir.

Metabolik Sendromlu Obezlerde Hangi Diyet Kiloya ve Karın Bölgesindeki Yağlanmaya Karşı Daha Etkili?

International Journal of Clinical Practice dergisinde bu yılın ilk sayısında yayımlanan çalışmada, düşük kalorili diyet ile proteinden zengin diyet çift-kör olarak karşılaştırılmıştır.

Metabolik sendromlu ve obez 75 kişi üzerinde yapılan çalışmada, denekler

randomize olarak yüksek proteinli diyet grubu ve düşük kalorili diyet grubu olarak iki gruba ayrılmıştır. Her grup 12 hafta boyunca belirlenen diyetleri tüketmiştir.

Yüksek proteinli diyet grubunda ortalama kilo kaybı 5 kg olurken, düşük kalori grupta 4.9 kg olarak gerçekleşmiştir ($p=0.72$). Gövde yağ kütlesi ve tüm vücut yağ kütlesi ölçümlerinde her iki diyet grubunda da anlamlı düşüş gözlenirken, yüksek protein diyetindekilerde düşüş biraz daha fazla olmakla birlikte, her iki grup arasında anlamlı fark saptanmamıştır (sırasıyla $p=0.52$ ve $p=0.77$).

Yüksek proteinli diyet grubu 12 hafta boyunca enerjilerinin %30'unu proteinden, %50'sini karbonhidrattan, %20'sini yağlardan alırken, günlük olarak 25 g bitkisel lif tüketmişler, düşük kalori grubunun diyetlerinde ise enerjinin %15'i proteinden, %65'i karbonhidratlardan, %20'si yağlardan sağlanmış ve 25 g'lık bitkisel lif desteği verilmiştir. Sonuç olarak her iki diyetin de hem kilo vermede hem de vücut yağlarını azaltmada etkili olduğu saptanmış, yüksek proteinli diyetin etkisinin anlamlı olmayan seviyelerde de olsa daha fazla olduğu gösterilmiştir.

Şizofreni Tedavisinde Olanzapin Semptomların Düzelmesinde Daha Etkili Bulundu

New York Zucker Hillside Hospital Psikiyatri bölümünden Dr. Kane ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada Olanzapin ve Aripiprazol 28 haftalık tedavi ile, randomize ve çift-kör olarak karşılaştırılmıştır. Çalışmanın raporu Journal of Clinical Psychiatry dergisinin Mart ayı sayısında yayınlanmıştır (doi: 10.4088/JCP.08m04421). Çalışmaya 18 ile 65 yaş arasında DSM-IV-TR kriterlerine göre şizofreni tanısı almış toplam 566 hasta katılmıştır. Hastaların 281'i rastgele olarak olanzapin, 285'i aripiprazol grubuna

alınmıştır. Yirmisekiz hafta boyunca çift-kör tedavi edilen hastalarda ilaçların etkinliği pozitif ve negatif sendrom skalası (PANSS) ile test edilmiştir. 2003 yılının Ekim ayında başlatılan çalışma 2007 yılının Haziran ayında sonlandırılmıştır. Sonuçlar Kaplan-Meier metodu ile analiz edilmiştir. İlaç bırakma konusunda iki ilaç arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Olanzapin ile tedavi edilen hastalarda aripiprazol grubuna göre tedavi etkinliğini yansıtan PANSS skorunda anlamlı olarak daha fazla düşüş bulunmuştur (-30.2'ye karşın -25.9, $p=0.014$). Olanzapin grubunda anlamlı olan kilo artışı, glukoz ve lipid seviyelerinde yükselme dikkat çekmiştir. Bu çalışmada 28 hafta süre boyunca olanzapin tedavisi alan hastalarda aripiprazol grubuna oranla şizofreni semptomlarında daha fazla düzelleme saptanmıştır.

Aeroalerjenlere Duyarlılık Artıyor

Hollanda Prenses Amalia Pediatri Kliniğinden Dr. Baatenburg ve arkadaşlarının Pediatric Allergy Immunology dergisinin Şubat sayısında yayımlanan raporları bebek ve çocuklarda aeroalerjenlere duyarlılığın arttığını göstermiştir. "4 yaş ve altındaki çocuklarda alerjik semptomlarla birlikte aeroalerjenlere duyarlılıktaki artış" ismini taşıyan çalışmada 1985 ile 2003 yılları arasında alerji semptomları gösteren 0-4 yaş grubundaki tüm çocuklar deney grubu olarak kullanılmıştır. Çalışmanın raporunda yazarlar okul öncesi dönemde aeroalerjenlere duyarlılığın genel olarak beklenmediği kanaatini test etmek için çalışmayı planladıklarını açıklamışlardır. Alerjik hastalık semptomları gösteren toplam 2946 çocuk çalışmaya dahil edilmiş ve tüm çocuklardan testler aile hekimleri veya pediatrikler tarafından istenmiştir. Sık rastlanan yiyecek ve inhalen alerjenler için spesifik IgE ölçümleri yapılmış ve

0.35 kU/l'nin üzerindeki değerler pozitif kabul edilmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre toplam 505 (%17) çocuk aeroalerjenlere karşı pozitif test göstermiş, 346 (%12) çocuk ev tozlarına, 257 (%9) çocuk köpek tüylerine, 240 (%8) çocuk kedi tüylerine, 197 çocuk (%7) çimen polenlerine hassas bulunmuştur. Pozitif test sonuçları erkek çocuklarda kızlara göre daha sık gözlenmiştir (%19.2'ye karşın %14.2, $p < 0.01$). Genel kanaate uygun olarak yiyecek alerjisinin 3 yaş altındaki çocuklarda daha sık olduğu saptanmıştır. Ancak 3 ile 5 yaş arasında yiyecek alerjenleri ile aeroalerjenler birbiriyle yarışır durumdadır. Bu bulgular 3 yaş altındaki çocuk ve bebeklere alerji testi yapılırken panele aeroalerjenlerin de eklenmesi gerekliliğini ortaya çıkarmıştır.

Az Uyku Koroner Arterlerde Kalsifikasyon Riskini Artırıyor

Chicago Üniversitesi'nden Dr. King ve arkadaşlarının JAMA dergisinin 2008 yılı son sayısında yayınlanan çalışmasında az uyumanın koroner arterlerde kalsifikasyon riskini artırdığı saptanmıştır. Koroner arterlerde kalsifikasyon koroner arter hastalığı için subklinik bir belirteçtir. Son zamanlardaki çalışmalar glukoz regülasyonu, kan basıncı, cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve vücut kütle indeksi gibi kalsifikasyona zemin hazırlayan bazı faktörlerin uyku süresi ile ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Bu noktadan hareketle planlanmış olan çalışmada; uyku süresi ve kalitesi ölçülerek 5 yıl ve üzerinde denekler takip edilip kalsifikasyon ve kalsifikasyona zemin hazırlayan faktörler değerlendirilmiştir. Çalışmaya 495 orta yaş grubunda denek katılmıştır. Yaklaşık 5 yıl arayla koroner kalsifikasyon bilgisayarlı tomografi ile değerlendirilmiştir. Deneklerin %12.3'ünde yeni kalsifikasyon saptanmıştır. Uzun uyku süre-

sine sahip deneklerde kalsifikasyon insidansında anlamlı düşüş gözlenmiştir (düzeltilmiş OR 0.67 saat başına; %95 güven aralığında, 0.49-0.91 saat başına; $p=0.01$). Sonuç olarak; uzun uyku süresi, potansiyel mediatörlerden bağımsız olarak, daha az kalsifikasyon oluşmasına neden olmuştur.