

چرا دختران نوجوان بیشتر افسرده می‌شوند؟

11 فروردین 1404

پژوهشگران به‌تازگی دریافته‌اند چرا دختران نوجوان بیشتر از پسران نوجوان به افسردگی مبتلا می‌شوند؛ این کشف به آن‌ها کمک می‌کند به نوجوانانی که در معرض ابتلا به این بیماری قرار دارند کمک کنند.

وبگاه سای‌تک‌دیلی در گزارشی آورده است: افسردگی یک بیماری روانی است که نزدیک به ۲۸۰ میلیون نفر در سراسر جهان به آن مبتلا هستند. این بیماری در زنان دو برابر مردان شایع است؛ این تفاوت در دوران نوجوانی ظاهر می‌شود. پژوهشگران قبلاً مکانیسم‌های زیست‌شناختی زمینه‌ساز افسردگی در بزرگسالان را بررسی کرده و به نقش احتمالی مسیر کینورین در آن پی برده بودند. پژوهشگران کینگز کالج لندن نیز به‌تازگی برای اولین بار مسیر کینورین را در نوجوانان با توجه به جنسیت آنان بررسی کردند.

مسیر کینورین یک فرآیند متابولیک (مربوط به سوخت‌وساز) است که تریپتوفان (اسید آمینه موجود در بسیاری از غذاها) را تجزیه می‌کند. در مغز، این تجزیه می‌تواند دو مسیر متمایز را دنبال کند: یکی که ترکیبات محافظ نوروئی تولید می‌کند و دیگری که به تولید سموم عصبی (نوروتوکسین) منجر می‌شود. یکی از فرآورده‌های مهم متابولیسم (سوخت‌وساز) طبیعی تریپتوفان، «اسیدکینورینیک» است، که از سلول‌های مغز محافظت می‌کند، و دیگری «اسیدکینولینیک» است که می‌تواند برای آن‌ها مضر باشد.

این پژوهشگران دریافته‌اند نوجوانانی که در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به افسردگی قرار دارند یا آن‌هایی که مبتلا به افسردگی تشخیص داده شده‌اند، میزان کمتری اسید کینورینیک، که یک ترکیب محافظ نوروئی است، دارند. این کمبود در دختران نوجوان آشکارتر بود که نشان می‌دهد دختران احتمالاً در برابر اثرات مضر مسیر نامتعادل کینورین در دوران نوجوانی آسیب‌پذیرتر هستند، و توضیحی است برای اینکه چرا تعداد زنان مبتلا به افسردگی در مقایسه با مردان بیشتر است.

مشاوره حال خوب

ارائه خدمات مشاوره ای

● تحصیلی	● خانواده
● انگیزشی	● ازدواج
● گنگور	● زوج درمانی

برنامه ریزی درسی و انتخاب رشته نهم

تلفن هماهنگی:

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

آن‌ها همچنین دریافتند دختران نوجوان مبتلا به افسردگی مداوم در مقایسه با آن‌هایی که در طول زمان بهبود می‌یابند متابولیت‌های (مواد شرکت‌کننده در سوخت‌وساز سلولی) نوروٹوکسیک بیشتری دارند که نشان می‌دهد افزایش فعالیت نوروٹوکسیک در مسیر کینورنین می‌تواند غلبه برخی از نوجوانان بر افسردگی را سخت‌تر کند.

نغمه نیک‌خصلت، سرپرست گروه پژوهشی توضیح داد: پژوهش ما نشان می‌دهد که اندازه‌گیری مواد شیمیایی درگیر در مسیر کینورنین احتمالاً می‌تواند به شناسایی افراد، به‌ویژه زنان در معرض خطر ابتلا به افسردگی مداوم، و همچنین انتخاب روش‌های مناسب برای حمایت از آنان به ما کمک کند.

این یافته‌ها کمک می‌کند با مداخلاتی که به روش‌های مختلف از تجویز دارو گرفته تا تغییر در سبک زندگی با رژیم غذایی و ورزش، در مسیر کینورنین تأثیر می‌گذارند به گونه‌ای هدفمندتر از نوجوانان مبتلا به افسردگی حمایت کنیم.