قهوه، کافئین و ام اس

زهرا فقهی1(\*)، دکترمحمدربانی2، دکترسیدحمیدزرکش اصفهانی3،دکترمژده قبایی4، ،دکترمحمودرضاحاجی قاسم5

1. دانشجوی دکترای میکروبیولوژی، دانشگاه اصفهان
2. دکترای میکروبیولوژی،استادیار دانشگاه اصفهان
3. دکترای ایمونولوژی، استادیار دانشگاه اصفهان
4. دکترای مغزواعصاب، دانشیاردانشگاه علوم پزشکی تهران
5. دکترای علوم اعصاب،دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران

[\*zfeghhi@yahoo.com](mailto:*zfeghhi@yahoo.com)

بیان مسئله : ام اس، بیماری سیستم اعصاب مرکزی است که درآن التهاب و تحلیل مایلین منجر به اختلال درهدایت جریان عصبی می شود. علیرغم تحقیقات گسترده، هنوزدرمان قطعی برای این بیماری شناخته نشده است. برهمین اساس علاوه برتلاش برای یافتن داروهای شیمیایی موثرتر، تحقیق درزمینه ترکیباتی با منشاء گیاهی نیزادامه دارد.یکی ازاین مواد، قهوه و جزء اصلی آن کافئین است. مطالعات اخیراز تاثیر نوشیدنی قهوه درکاهش خطر ابتلا به ام اس و شدت علائم آن در مبتلایان خبر می دهند بطوریکه نوشیدن مداوم قهوه به سبب نوروپروتکتیو بودن کافئین و مهار سایتوکاین های پیش التهابی درپیشگیری از بیماری نقش دارد. درکنار فوائد زیادی که برای قهوه و کافئین مطرح می شود، توجه به عوارض آن دربرخی افراد نیز توصیه شده است.

هدف مطالعه : این مطالعه مرور تحقیقاتیست که تاکنون درزمینه ارتباط مصرف قهوه و کافئین و بیماری ام اس انجام شده است.هدف،حصول یک نتیجه علمی براساس مطالعات انجام شده و تاکید بر ضرورت ادامه بررسی های گسترده درزمینه اثراین مواددرکاهش ابتلا و یابهبود مبتلایان با توجه به جزئیات بیشتر به دلیل تاثیرگذاری متفاوت درافراد مختلف است.

روش انجام مطالعه:این مطالعه از طریق جستجوی پایگاه اطلاعاتی PubMed با استفاده از کلیدواژه های "coffee"،"caffeine & health "، coffee & MS"،"caffeine & aging "، صورت گرفته است. مرور فوق شامل مطالعات مربوط به اثر قهوه وکافئین بویژه در بیماری ام اس است.

نتایج : گرچه نتایج بدست آمده ازمرور مطالعات در زمینه اثر قهوه و کافئین بر علائم بیماری ام اس و یا کاهش خطر ابتلا به آن امیدوار کننده اند، نتیجه گیری قطعی نیازمندتوجه همزمان به اثرات جانبی آن دربرخی شرایط است.درارتباط با ام اس، بنظر میرسد کافئین عمدتادرکاهش شدت علائم در طول دوره بیماری موثرباشد. یکی از این تاثیرات کاهش خستگی در ام اس است که درحقیقت نوعی نقص حرکتی وشناختی برگشت پذیر همراه با کاهش تمایل برای استراحت است. این خستگی ممکن است مدتهاادامه یابد وبا سایرانواع خستگی کاملا متفاوت بوده از شدت بیشتری برخورداراست. همچنین پیش ازاین محققان به اثرات کافئین بر رشد و پیشرفت آکسون و نقش آن درافزایش ارتباطات نورونال و کاهش بیان ژن های بازدارنده گسترش نورونال پی برده اند. درسالهای اخیر نیز اثرات ضد پیری کافئین و تاثیرآن در کاهش التهاب و پیشگیری از بیماری هاموردمطالعه قرارگرفته است. نقش ضدپیری کافئین با کاربرد آن در محصولات مراقبت ازپوست بااثرحفاظت بخشی دربرابر اشعه UV و اثر کاهشی روند پیری زودرس به سبب محتوای آنتی اکسیدانی آن به اثبات رسیده است. باتوجه به یافته های فوق درخصوص اثرات ضدالتهابی کافئین، تاثیرضدپیری و نقش آن درافزایش طول عمر،وبویژه اشاره به تاثیر مصرف منظم قهوه درکاهش ابتلا به ام اس، شاید یافتن نقشی اختصاصی تر برای این ماده در کاهش احتمال ابتلا به ام اس دورازانتظار نباشد.

کلیدواژه ها: coffee and multiple sclerosis, caffeine and health effects, multiple sclerosis, neurodegenerative ، fatigue & coffee، caffeine & aging