

Sporcu Sağlığı ve Performans: Çevresel Kirleticilerin ve Beslenmenin Epitel Bariyeri, Immun Yanıt ve Mikrobioma Etkileri

Olimpiyatlardan sonra sporcu sağlığı ve performansına bilimsel yaklasım

DAVOS, SWITZERLAND, August 13, 2024 /EINPresswire.com/ -- Atletlerin ve fiziksel olarak aktif insanların sağlığı, İsviçre Alerji ve Astım Araştırma Enstitüsü (SIAF) ile Davos Hastanesi Spor

“

Epitel bariyer teorisi sadece sporcular için değil, sağlıklı yaşam için de tamamen yeni bir anlayış ve farkındalık getirmiştir.”

Prof. Dr. Cezmi Akdis

Hekimliği Bölümü (İsviçre Spor Hekimliği Araştırma Enstitüsü - SRISM) iř birliğinde yürütülen, çevresel kirleticilerin ve beslenmenin cilt, solunum yolu ve sindirim yolu bariyer fonksiyonu üzerindeki etkileri konusundaki mevcut araştırmaların odak noktasıdır. Epitel bariyerindeki hasarlar, virüsler, bakteriler, alerjenler ve çevresel kirleticiler gibi dış etkenlere karşı savunmada kritik bir rol oynar. Sağlam bir bariyer fonksiyonu, bu nedenle sağlık ve refah için hayati öneme sahiptir.

Modern yaşam koşulları bizi çeşitli toksik ve zararlı maddelere maruz bırakırken, sporcular bu maddelere maruz kalma risklerinin artması nedeniyle özel zorluklarla karşı karşıya kalmaktadır. Çeşitli temizlik ürünleri, hava kirleticileri, küçük plastik parçacıkları (mikro ve nanoplastik) ve gıda katkı maddeleri, sporcularda cilt ve mukoza zarlarının bariyer fonksiyonuna zarar verebilir, bu da mikrobiyomun (cilt ve bağırsak bakteriyel florası) bozulmuş bir bileşimine ve kronik enflamatuar reaksiyonlara yol açabilir.

Durum, özellikle elit sporcular için oldukça zordur. Çevresel toksinler, temizlik ajanları, yüksek düzeyde hava kirliliği ve özel beslenme koşullarına kümülatif maruz kalma, genel sağlıklarını ve spor performanslarını etkileyebilir. Enfeksiyona karşı direnç azalması; artan hijyen koşulları; hava kirliliği yükünün artması, sporcuların egzersiz yoğunluklarına, i ve dış mekanlarda ya da su sporlarındaki faaliyetlerine bağlı olarak sağlıklarını ve performanslarını etkiler. Fiziksel aktivitenin bilinen sağlık yararlarına rağmen, sporcuların uzun vadeli sağlık sonuçlarını en aza indirmek ve en iyi performanslarını sürdürebilmek için sağlıklı bir diyete ve epitel bariyerlerinin ve sağlıklı mikrobiyomlarının korunmasına da dikkat etmeleri gerekmektedir.

Ayrıca, Allergy dergisinde yayınlanan bu makalede gözden geçirdiğimiz çalışmalarımız, özellikle işlenmiş gıdaların tüketimi olmak üzere, gıda tercihlerinin epitel bariyer fonksiyonunu nasıl bozabileceğini göstermektedir. Spor beslenmesinde emülgatörler ve diğer katkı maddelerinin kullanımı, epitel bariyerlerini ve mikrobiyomu bozarak alerjiler, otoimmün hastalıklar ve nöropsikiyatrik durumlar gibi çeşitli hastalıkların riskini artıran bir duruma yol açabilir.

Bu yeni kavramlar bir araya geldiğinde, “epitel bariyer teorisi” bağlamında, sporcuların genel sağlık ve fiziksel performansları ile beslenme alışkanlıkları ve kirlilik ve toksik maddelere maruz kalmaları arasındaki bağlantıyı vurgulayarak, cilt ve mukoza vücut yüzeylerinin bariyer bütünlüğünü ve sağlıklı mikrobiyomu etkileyen bütünsel bir yaklaşımı öne çıkarmaktadır.

Tüm sporcuların, teknik ekibin, diyetisyenlerin ve takım doktorlarının bu konularda sürekli olarak bilgilendirilmesi, olimpiyatların ardından ciddi bir şekilde gündeme gelmeli ve bu alanda bilimsel yatırımlara ve eğitime mümkün olan en yüksek önem verilmelidir.

Epitel bariyer teorisi sadece sporcular için değil, sağlıklı yaşam için de tamamen yeni bir anlayış ve farkındalık getirmiştir.

Epitelyal Bariyer Teorisi

Epitelyal Bariyer Teorisi”, Prof. Dr. Cezmi Akdis tarafından geliştirilen ve sanayileşme, kentleşme ve modern yaşamla bağlantılı olarak epitelyal bariyere zarar veren etkenlere artan maruziyetin, alerjik, otoimmün ve diğer kronik hastalıkların artışının temelinde yattığını öne süren bir teoridir. Bu teori, hasar görmüş bariyeri aşan disbiyotik mikrobiyota, çevresel kirlleticiler, günlük yaşamda karşılaşılan toksik maddeler ve alerjenlere karşı bağışıklık tepkisinin bu hastalıkların gelişiminde rol oynayıp oynamadığını tartışır.

Cildimizin, solunum yolumuzun ve bağırsaklarımızın yüzeyleri, epitelyal bariyerler olarak bilinen koruyucu hücresel katmanlarla kaplıdır. Bütünlüğünü koruyan epitelyal bariyerler, homeostaz için hayati öneme sahiptir, çünkü enfeksiyonlara, çevresel toksinlere, kirleticilere ve alerjenlere karşı vücut dokularını korurlar.

Temizlik malzemeleri, dış macunu, şampuan, deterjanlar ve işlenmiş gıdalar gibi yaygın tüketici ürünlerinde bulunan birçok kimyasal madde, hava kirliliği ve küçük plastik parçacıklar bu kritik bariyerlere zarar vererek bakterilere, toksinlere, kirleticilere ve alerjenlere karşı doku geçirgenliği artırmaktadır.

Otoimmün, metabolik, alerjik ve nöropsikiyatrik 80e yakın farklı kronik hastalıkları içeren 2 milyardan fazla hastanın bu teori bağlamında incelenmesinin, koruyucu hekimlik ve etkin yeni tedaviler için önemli bir ufuk açtığı düşünülmektedir. Alerjik ve otoimmün hastalıkların yaygınlığındaki 1960'lı yıllardan itibaren görülen belirgin artış, çevresel faktörlerin bağışıklık sistemimizi ve vücudumuzda bulunan iyi mikropları olumsuz etkilediğini göstermektedir. 2000'li yıllardan sonra ise gıda alerjisi ve anafilaksi, eozinofilik özofajit ve ilaç kaynaklı anafilaksi gibi yeni bir salgın dalgası ortaya çıkmıştır.

Prof. Dr. Cezmi Akdis

Prof. Dr. Cezmi Akdis'in araştırma grubuna bugüne kadar Türkiye'den 80'den fazla araştırmacı katılarak bu konularda araştırmalar yapmıştır. Eşi Prof. Dr. Mübeccel Akdis ile birlikte 30 yıldır Zürih Üniversitesi'ne bağlı Davos'taki İsviçre Alerji ve Astım Araştırma Merkezi'nde çalışmakta ve bu merkezin direktörlüğünü yapmaktadır.

Cezmi Akdis, Davos'taki İsviçre Alerji ve Astım Araştırma Enstitüsü'nün (SIAF) direktörü ve Zürih Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde profesördür. Pekin (Çin), Wuhan (Çin) ve Bursa Uludağ Üniversitesi (Türkiye), Harvard Üniversitesi (ABD) gibi üniversitelerden fahri profesörlük unvanlarına sahiptir. Ayrıca İsviçre Tıp Bilimleri Akademisi'nin Senato Üyesidir.

Cezmi Akdis, 720 hakemli makale yayınlamıştır. h-indeksi 156 olup, 2016-2024 yılları arasında

Clarivate (Thomson Reuters) tarafından üst üste en çok atıf yapılan yazar olarak seçilmiştir. Cezmi Akdis, 2011-2013 yılları arasında Avrupa Alerji ve Klinik İmmünoloji Akademisi'nin (16.000 üye) başkanlığını yapmıştır. Alerji, Astım I-II, Kronik Rinosinüzit ve Alerjik Rinitin Küresel Atlasları'nın editörlüğünü yapmıştır. Davos'ta düzenlenen Dünya Bağışıklık Düzenleme Toplantıları'nın kurucusu ve organizatörüdür (Davos I-XVI). Şu anda Alerji dergisinin Baş Editörlüğünü yapmaktadır.

Makaleye ücretsiz ulaşmak için: <http://doi.org/10.1111/all.16221>

Bu konu üzerinde diğer önemli makaleler: <https://epithelialbarriertheory.com/the-story-of-epithelial-barrier-theory/>

İletişim: Prof. Dr. Cezmi A. Akdis

Director

Swiss Institute for Allergy and Asthma Research (SIAF)

Herman-Burchard-Strasse 9

CH-7265 Davos Wolfgang

İsviçre

Tel: +41 81 410 08 48

e-mail: akdisac@siaf.uzh.ch

Websitesi : <https://epithelialbarriertheory.com>

Resim, Dr. Cezmi Akdis'in Epitelyal Bariyer Teorisi üzerine çalışan araştırma grubunu ve Türk araştırmacıları göstermektedir: Doç. Dr. İsmail öğülür, Doç. Dr. Sena Ardıçlı, Uzm. Dr. Yağız Pat, Dr. Duygu Yazıcı, Dr. Can Zeyneloğlu, Dr. Hüseyin Babayev.

Cezmi Akdis

Swiss Institute of Allergy and Asthma Research

+41 78 738 82 84

akdisac@siaf.uzh.ch

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/735142943>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2024 Newsmatics Inc. All Right Reserved.