

Gıda Günlüğü

Ziraat Yük. Müh. Gülgün AKBABA

ŞARAP MİGRENİ ARTIRIYOR MU?

Şarap, taze üzüm şirasının fermantasyonu ile elde edilen alkollü bir içkidir. Şarabın keşfedilmesi ve üretimi insanlık tarihi kadar eskidir.

Araştırmacılar şarabı değişik yönleri ile inceleyip, özelliklerini ortaya koyarken, kırmızı şarabın migren (yarım baş ağrısı) nedeni olduğunu saptamışlardır.

Ben de, bu sayımda bir araştırmayı sizlere aktaracağım.

Migrenli hastaların yaklaşık % 25'i baş ağrılarının besinlerce provoke edildiğine (kamçılına) inanmaktadır. Özellikle kırmızı şarap bunların başında gelmektedir. İşte bu etkinin kırmızı şarabın bileşiminde bulunan bileşik ya da bileşikler tarafından mı meydana geldiği yoksa alkolün mü etkisi olduğu yolunda bir araştırmayı Olesan ve arkadaşları gerçekleştirmiş. Araştırmacılar kırmızı şaraba duyarlı hastalarda migren karakterinde ataklar başlatıp, ayrıca beyin kan akımındaki değişimleri gözlemeyi başarmışlar. Yine başka bir araştırmacı M. Anthony, duyarlı kişilerdeki baş ağrısından tüketilen alkollü içeceğin türünden çok, miktarının sorumlu olduğunu ileri sürmüştür.

Bu konuda yapılan klinik bir araştırma oldukça ilginç sonuçlar vermiş. Şimdi size bu araştırmayı özetle anlatmak dolayısıyla da kırmızı şarabın bir özelliğini daha belirtmek istiyorum.

Araştırma, Charing Cross Hospital'da Princess Margaret Migren Kliniği'ne başvuran ve Vahlquist Kriterlerine göre kendilerine klasik migren tanısı konan 19 hastaya uygulanmış. Bu hastalar baş ağrılarını ortaya çıkaran bir faktör olarak kırmızı şarabı sorumlu tutuyorlarmış. Bu arada kendilerine kırmızı şaraba duyarlı olmadığını söyleyen beş migrenli hasta ve sekiz sağlıklı kişide bu araştırmanın denekleri olarak alınmış. Araştırmaya katılanların hiçbiri araştırma sırasında ilaç kullanmamışlar.

Kırmızı şarabın ağrıya yol açtığına inanan deneklere, toplam alkol içeriği eşit olan 300 ml İspanyol kırmızı şarabı ya da 300 ml votka-limon karışımı diğer deneklere ise sadece kırmızı şarap verilmiş. Bu arada deneklerin etki altında kalmamaları için, bütün içeceklerin aromalarını gizlemek amacıyla içkiler soğutulmuş, renklerini görmemeleri içinde içkiler

koyu kaheverengi şişelere konulmuş. Denekler ne içtiklerinden habersiz olduklarından kimi öksürük şurubu, kimi karamelden yapılmış bir karışımı içtiklerini sanmışlar.

İçim işleminden sonra üç saat süreyle migren belirtilerinin ortaya çıkışı yakından izlenmiş ve deneklerden ertesi günde kendilerinde görülen migren belirtileri ile ilgili bilgi alınmış.

Araştırma sonucunda kırmızı şarabın, kendilerinde migren tarzında baş ağrısı çıkardığını öne süren on bir kişiden dokuzunda migren tarzında baş ağrısı ortaya çıkmış. Votka-limon karışımı içen diğer sekiz kişide ise böyle bir duruma rastlanmamış. Onların ikisinde orta dereceli bulantıyla birlikte hafif baş ağrısı gelişmiş, ancak bu durum tipik bir migren atağına dönüşmemiş. Diğer altı kişide ise görülen etki sarhoşluk olmuş.

Araştırmaya katılan ve kırmızı şarabın kendilerinde migren atağı ortaya çıkardığına inanmayan beş hasta ve sekiz sağlıklı denekte ise sadece kırmızı şarap tükettikleri halde herhangi bir biçimde baş ağrısı görülmemiş.

Bu araştırmanın sonucunu uzmanlar şu şekilde yorumluyorlar. Kırmızı şarabın bu içkiye karşı duyarlı olduklarını belirten kişilerde migren tarzında ataklar başlatması, ancak votkanın bu tip ataklara neden olmaması, kırmızı şarabın alkol içeriğinden dolayı bu etkiyi ortaya çıkardığını yani kırmızı şarapta bulunan alkolün, onun tek zararlı bileşeni olduğunu öne süren görüşü çürütmektedir.

Alkolün, kırmızı şaraptaki başka bir maddenin yanı sıra, migren ataklarının gelişmesinde bir ko-faktör olabileceği olasılığı vardır.

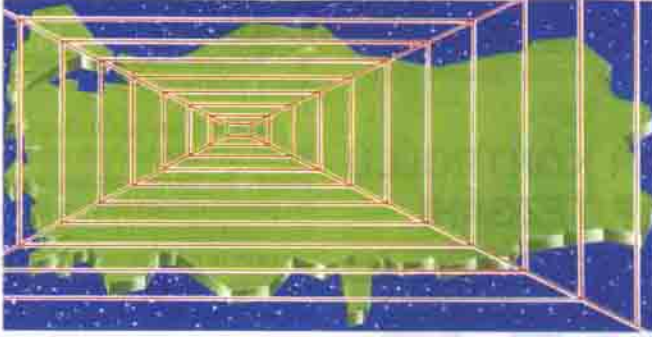
Kırmızı şarabın bileşiminde bulunan fenolik flavanoidlerin migreni başlatan ajanlar olabileceği olasılığı söz konusu edilebilir. Catechine'ler ve anthocyaninler dahil olmak üzere bu flavanoidler kırmızı şaraba rengini veren maddelerdir. Bunlar üzümün kabuğundan gelir ve fermantasyon sırasında açığa çıkarlar. Bu maddelerin, yoğunluğu kırmızı şarapta litrede 1200 mg'dır. Bu maddelerin örneğin catechinin kan damarları üzerinde güçlü etkileri olduğu bilinmektedir. Başka bir faktörde fenolsülfotransferaz (PST) enzimi olabilir. Kırmızı şarap, PST'yi ve özellikle P formunu güçlü bir biçimde inhibe eden maddeler içerir. Bu enzim çok sayıda endojen besinsel ve farmasötik fenolü, bunların sülfatla konjugasyonunu katalizleyerek inaktive etmektedir. Oysaki, kırmızı şarapta bulunan bazı inhibe maddeler (bir maddenin veya herhangi bir enzimin tesirini önleyen maddeler) bu enzimin tesirini engellemektedir.

Sonuç itibarıyla alkolün kırmızı şaraptaki, başka maddenin yanısıra migren ataklarının gelişmesinde bir ko-faktör olabileceği olasılığı vardır. □

Okumak, tutkuların en soylusudur.

Antoine Albalat

OTOMASYON VE ZİRAAT



YAYGIN OTOMASYON'DA

Çağdaş bankacılığın
gereği, elektronik
bankacılık hizmetlerini
yurtiçinde ve yurtdışında
700'ü aşkın şubesinde
uygulayarak, Türkiye'nin
en geniş otomasyon ağını
kuran:

ZİRAAT



T.C. ZİRAAT BANKASI

ZİRAAT SİZ BİR TÜRKİYE DÜŞÜNÜLEMEZ