

Ο ρόλος των μαγνητικών παλμών στις διαταραχές του εγκεφάλου

Σε μια εποχή όπου η υγεία του εγκεφάλου βρίσκεται στο επίκεντρο της δημόσιας συζήτησης, τα θεραπευτικά μας εργαλεία για νευροψυχιατρικές διαταραχές εξακολουθούν να υπολείπονται. Οι παραδοσιακές προσεγγίσεις – φαρμακοθεραπεία, ψυχοθεραπεία και επεμβατικές διαδικασίες – έχουν βοηθήσει εκατομμύρια ανθρώπους, αλλά

συνοδεύονται από σημαντικούς περιορισμούς: παρενέργειες, μερική αποτελεσματικότητα ή επεμβατικούς κινδύνους. Σε αυτό το πλαίσιο, ο Διακρανιακός Μαγνητικός Ερεθισμός (TMS) ξεχωρίζει ως μια ισχυρή, μη επεμβατική θεραπεία στη μάχη κατά ορισμένων από τις πιο σοβαρές διαταραχές του εγκεφάλου.

Από την πρώτη του εμφάνιση το 1985 η τεχνολογία του TMS έχει εξελιχθεί σημαντικά. Με τη χρήση μαγνητικών παλμών

σε συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου, ο TMS μπορεί να διεγείρει ή να καταστείλει τη νευρική δραστηριότητα που βοηθά τον εγκέφαλο να επανέλθει σε ισορροπία.

Στην ψυχιατρική, η θεραπεία TMS είναι περισσότερο γνωστή για τη θεραπεία της κατάθλιψης. Ο FDA των ΗΠΑ ενέκρινε τη χρήση του TMS για ανθεκτική κατάθλιψη το 2008 και έκτοτε έχει αλλάξει τη ζωή πολλών ανθρώπων. Οι μελέτες δείχνουν σταθερά ότι ο TMS βελτιώνει τη διάθεση, μειώνει τις αυτοκτονικές σκέψεις και ενισχύει τη γνωστική λειτουργία – με σαφώς λιγότερες παρενέργειες από τα περισσότερα αντικαταθλιπτικά. Αλλά η κατάθλιψη είναι μόνο η αρχή. Ο TMS έχει πλέον εγκρίσεις στις ΗΠΑ και στην Ευρώπη για την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή (OCD), τις αγχώδεις διαταραχές και τις διαταραχές εξαρτίσεων, όπως στην κοκαΐνη, στο τσιγάρο κ.ά. Όπως και στην κατάθλιψη, σε αυτές τις καταστάσεις, τα νευρωνικά κυκλώματα του εγκεφάλου απορρυθμίζονται – παγιδεύονται σε δυσλειτουργικά μοτίβα. Ο TMS προσφέρει έναν τρόπο να «επαναρυθμιστούν» αυτά τα κυκλώματα, δίνοντας νέα ελπίδα για θεραπεία.

Στη νευρολογία, οι εφαρμογές είναι εξίσου εντυπωσιακές. Εξετάζεται για τον ρόλο στην αποκατάσταση μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, βοηθώντας την επανενεργοποίηση ανενεργών νευ-

ρωνικών δικτύων και έχει λάβει FDA εγκρίσεις για την ημικρανία ή καταστάσεις χρόνιου πόνου, επηρεάζοντας την αντίληψη του πόνου μέσω διέγερσης περιοχών όπως ο κινητικός φλοιός. Η έρευνα προχωρά και σε άλλες κατευθύνσεις: επιληψία, νόσος Πάρκινσον, νόσος Αλτσχάιμερ, σκλήρυνση κατά πλάκας – με αρχικά δεδομένα να δείχνουν ανακούφιση των συμπτωμάτων και λειτουργική βελτίωση. Η ευελιξία της τεχνολογίας – με δυνατότητα προσαρμογής συχνότητας, έντασης και στόχου – την καθιστά ένα εξαιρετικά προσαρμόσιμο θεραπευτικό εργαλείο.

Παρά τις δυνατότητές της, ο TMS παραμένει σημαντικό υποχρησιμοποιούμενος. Υπάρχουν πολλά εμπόδια: περιορισμένη πρόσβαση σε εξειδικευμένα κέντρα, έλλειψη ενημέρωσης στους γιατρούς και εμπόδια από ασφαλιστικά ταμεία. Επιπλέον, ορισμένοι επαγγελματίες της υγείας διστάζουν, είτε από άγνοια είτε από αβεβαιότητα ως προς την ενσωμάτωσή της στην καθημερινή κλινική πράξη. Αυτό πρέπει να αλλάξει.

Αντιμετωπίζουμε μια παγκόσμια κρίση ψυχικής υγείας, με την κατάθλιψη και το άγχος να αυξάνονται μετά την πανδημία και τις νευρολογικές διαταραχές να αυξάνονται με τη γήρανση του πληθυσμού. Ο TMS είναι μια επιστημονικά τεκμηριωμένη, χαμηλού κινδύνου επιλογή, που μπορεί – και πρέπει – να αποτελέσει βασικό στοιχείο της σύγχρονης φροντίδας.

Και το μέλλον είναι ακόμα πιο συναρπαστικό: προσωποποιημένο TMS, με χρήση νευροαπεικόνισης για ακριβή στόχευση. Καθώς η κατανόησή μας για τα εγκεφαλικά δίκτυα εμβαθύνει, ο TMS μπορεί να εξελιχθεί όχι μόνο σε θεραπεία, αλλά και σε διαγνωστικό εργαλείο, ικανό να «χαρτογραφεί» και να ρυθμίζει τη λειτουργία του εγκεφάλου σε πραγματικό χρόνο.

Μιλάμε συχνά για τον ανθρώπινο εγκέφαλο ως το πιο πολύπλοκο όργανο στο γνωστό σύμπαν. Αν το πιστεύουμε πραγματικά, τότε οφείλουμε να αγκαλιάσουμε τεχνολογίες όπως ο TMS, που ανταποκρίνονται σε αυτή την πολυπλοκότητα με ακρίβεια. Ηρθε η ώρα να επενδύσουμε όχι μόνο σε χάπια και χειρουργεία, αλλά και στη μαγνητική «γλώσσα» του ίδιου του εγκεφάλου. Το μέλλον της ψυχιατρικής και της νευρολογίας ίσως κρύβεται στον αθόρυβο παλμό ενός μαγνήτη – απλό, ακριβές και βαθιά μεταμορφωτικό.

Ο Θεόδωρος Κουτσομήτρος είναι ψυχίατρος - ψυχοθεραπευτής, δ/ντής Ιατρείου rTMS & Ινστιτούτου Ψυχοθεραπείας IΨΚ. Ο Γεώργιος Π. Χρούσος είναι ακαδημαϊκός - ομότιμος καθηγητής Ιατρικής, ΕΚΠΑ

ΜΕΘ ΑΓΡΙΝΙΟΥ

Γιατί είχαμε τόσους θανάτους στην πανδημία

Η μετατροπή εν μια νυκτί σε Μονάδα Εντατικής Θεραπείας-Covid, χωρίς λοιμωξιολόγο και με λιγοστά κρεβάτια ■ Οι συγγενείς των ανθρώπων που χάθηκαν ζητούν να πέσει άπλετο φως

ΤΗΣ ΜΑΡΘΑΣ ΚΑΪΤΑΝΙΔΗ



ΚΑΘΗΣΥΧΑΣΤΙΚΟΙ ΟΙ ΣΕΙΣΜΟΛΟΓΟΙ

Τέλος στη σεισμική άπνοια

ΤΗΣ ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΡΟΒΒΑ

Με μια σεισμική δόνηση μεγέθους 6,1 της κλίμακας Ρίχτερ τερματίστηκε χθες η σεισμική άπνοια που επικρατούσε στην Ελλάδα τα τελευταία τέσσερα χρόνια. Ο σεισμός, που εκδηλώθηκε στις 01.50 τα ξημερώματα στη θαλάσσια περιοχή ανοιχτά της Κάσου, ήταν ο πρώτος σεισμός μεγέθους ίσου ή μεγαλύτερου των 6 Ρίχτερ που εκδηλώθηκε στη χώρα μας από τον Οκτώβριο του 2021.

Ο σεισμός προκάλεσε αναστάτωση στους κατοίκους της Κάσου, της Καρπάθου, της Ρόδου και της Κρήτης, καθώς έγινε έντονα αισθητός παρά το μεγάλο εστιακό του βάθος. Λίγο αργότερα όσοι βρίσκονταν στην ευρύτερη περιοχή έλαβαν μήνυμα από την Πολιτική Προστασία, μέσω του 112, που προειδοποιούσε για πιθανή εκδήλωση τσουνάμι και ζητούσε την άμεση απομάκρυνση όλων από τις ακτές.

Σύμφωνα με το Γεωδυναμικό Ινστιτούτο, το εστιακό βάθος του σεισμού υπολογίζεται στα περίπου 62 χιλιόμετρα από την