

Ψυχολογικές συνέπειες των νέων αντιπαχυυντικών φαρμάκων

Η παχυσαρκία και οι ψυχικές διαταραχές εμφανίζονται στενά και αμφίδρομη συσχέτιση, δημιουργώντας έναν φαύλο κύκλο όπου η μεν επιβαρύνει τις δε και τανάπαλιν. Ερευνες καταγράφουν υψηλά ποσοστά ψυχιατρικών διαταραχών σε άτομα με παχυσαρκία – ιδίως σε γυναίκες – και σε περιπτώσεις σοβαρής παχυσαρκίας. Συγκεκριμένα, έως και το 60% των ατόμων με δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ) ≥ 40 εμφανίζουν τουλάχιστον μία ψυχική διαταραχή. Μια από τις πιο συχνές είναι η κατάθλιψη, με αυξημένο σχετικό κίνδυνο κατά 30%-50%. Η κατάθλιψη, με τη σειρά της, οδηγεί συχνά σε υπερφαγία και μειωμένη κινητικότητα, επιδεινώνοντας την παχυσαρκία. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η σχέση της παχυσαρκίας και με τη διαταραχή επεισοδιακής υπερφαγίας (binge eating disorder, BED), η οποία παρατηρείται πολύ συχνά σε παχύσαρκους και συνήθως συνυπάρχει με άγχος και κατάθλιψη.

Αγχώδεις διαταραχές, όπως η κοινωνική φοβία και οι κρίσεις πανικού, είναι επίσης συχνές στα παχύσαρκα άτομα και συνδέονται με το κοινωνικό στίγμα, τη χαμηλή αυτοπεποίθηση και τη μειωμένη αίσθηση ελέγχου που αυτά βιώνουν. Σύνδεση της παχυσαρκίας έχει φανεί και με τη μετατραυματική διαταραχή στρες (post-traumatic stress disorder, PTSD), ιδίως σε γυναίκες, όπου τα τραυματικά βιώματα και η συναισθηματική απορρύθμιση ενδέχεται να οδηγήσουν σε ψυχογενή υπερφαγία και μεταβολικές διαταραχές. Επιπλέον, έχει παρατηρηθεί σύνδεση της παχυσαρκίας και με τη διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ), καθώς και με διαταραχές ύπνου, όπως η άπναια και



ΤΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ Π. ΧΡΟΥΣΟΥ

η υπνική άπνοια, οι οποίες επιδεινώνουν τη γνωσιακή και ψυχική λειτουργία των παχύσαρκων ατόμων.

Οι υποκείμενοι μηχανισμοί περιλαμβάνουν το χρόνιο στρες και τις ορμόνες που αυτό επηρεάζει, την αυξημένη συστηματική φλεγμονή («παραφλεγμονή») – η οποία ενισχύεται από την παραγωγή φλεγμονωδών ουσιών από το σπλαχνικό λίπος –, τις γαστρικές ορμονικές ανισορροπίες, τις διατα-

ραχές στον άξονα εντέρου-εγκεφάλου και τις αλλαγές στο μικροβίωμα του εντέρου. Όλοι αυτοί οι παράγοντες επηρεάζουν τη συναισθηματική διάθεση, μέσω ελάττωσης των νευροδιαβιβαστών που ρυθμίζουν το σύστημα της αμοιβής, όπως η ντοπαμίνη και η σεροτονίνη. Σε προκλινικές μελέτες, τα νέα αντιπαχυυντικά φάρμακα, οι αγωνιστές του GLP-1, έχουν αντίθετες δράσεις, δηλαδή επιδρούν θετικά, διεγείροντας το σύστημα της αμοιβής μέσω αύξησης της ντοπαμίνης και της σεροτονίνης, που σημαίνει ότι προάγουν και ευχάριστο συναισθημα.

Τα σημερινά αντιπαχυυντικά φάρμακα, αρχικά σχεδιασμένα για την αντιμετώπιση του διαβήτη τύπου 2, με ιστορία χρήσης δύο δεκαετιών – σήμερα βασικά φάρμακα για την παχυσαρκία – έχουν ερευνηθεί σημαντικά για τις πιθανές ψυχικές τους επιδράσεις στον άνθρωπο. Αν και αρχικά υπήρξαν αναφορές για πιθανή σύνδεση με κατάθλιψη ή αυτοκτονικό ιδεασμό, μια πρόσφατη μετα-ανάλυση στο *JAMA Psychiatry* (Μάιος 2025), που εξέτασε δεδομένα από 107.000 συμμετέχοντες, δεν έδειξε αυξημένο κίνδυνο για ψυχιατρικές ανεπιθύμητες ενέργειες στους ασθενείς που τα έλαβαν. Αντιθέτως, καταγράφηκαν οφέλη: μείωση της συναισθηματικής υπερφαγίας, βελτίωση του αυτοελέγχου και της ψυχικής ευεξίας. Οι ασθενείς δήλωσαν μεγαλύτερη ικανοποίηση από τη σωματική και ψυχική τους

υγεία, καθώς και από τη διαχείριση του διαβήτη και του βάρους τους. Ενδιαφέρον παρουσιάζει ότι αυτά τα οφέλη σημειώθηκαν και ανεξάρτητα από την απώλεια βάρους ή τη βελτίωση του σακχάρου, γεγονός που υποδηλώνει άμεσες δράσεις των GLP-1 RAS στον άνθρωπο εγκέφαλο. Ωστόσο πρέπει να αναφερθεί ότι οι περισσότερες μελέτες που συμπεριλήφθηκαν στη μετα-ανάλυση εξαιρούσαν άτομα με σοβαρές ψυχιατρικές παθήσεις, ενώ η ψυχική υγεία σε αυτές δεν αξιολογήθηκε ως κύριο καταληκτικό σημείο. Παραμένει επίσης ασαφές αν υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στους διάφορους τύπους των φαρμάκων αυτών.

Φαίνεται, συνεπώς, ότι τα φάρμακα αυτού του τύπου είναι όχι μόνο ασφαλή από ψυχιατρικής άποψης, αλλά και ενδεχομένως ευεργετικά για την ψυχολογική κατάσταση αυτών που τα λαμβάνουν ως θεραπεία. Όμως, χρειάζεται περαιτέρω ειδικότερη έρευνα σε ευάλωτους πληθυσμούς και εστιασμένη αξιολόγηση στην ψυχολογική διάσταση των ασθενών, ώστε να αποσαφηνιστεί το πλήρες φάσμα των επιδράσεών τους στην ψυχική υγεία. Επιπλέον, πρέπει να τονιστεί ότι οι αγωνιστές του GLP-1 δεν αποτελούν πανάκεια και ότι πρέπει να χορηγούνται κάτω από την τακτική παρακολούθηση ειδικών ενδοκρινολόγων, αφού έχει προηγηθεί πλήρης έλεγχος για πιθανές αντενδείξεις στη χρήση τους.

Ο Γεώργιος Π. Χrousos είναι ακαδημαϊκός - ομότιμος καθηγητής Ιατρικής, ΕΚΠΑ

Ο Σταμάτης Φασουλής απουσιάζει εκτάκτως



SHUTTERSTOCK

Το οδυνηρότερο brain drain συμβαίνει στην ψυχή και όχι στα αεροδρόμια

Οι περισσότεροι πολιτικοί αναλυτές βλέπουν τον κόσμο, τη χώρα, την Ευρώπη, σε κατάπτωση, σε ταυτοτική κρίση, επειδή προβάλλουν τη δική τους προσωπική έκπτωση και την υπαρκτική αγωνία. Λογικό. Η τρίτη ηλικία είναι μελαγχολική και μεγάλο μέρος της κριτικής κειμενογραφίας ανήκει σε αυτή την ηλικιακή φέτα. Δεν υπάρχουν πλέον ενεργές φαντασιώσεις (αυτές που στην ηλικία των 20 ή 30, υποκαθιστούσαν τη δυσάρεστη πραγματικότητα και έδιναν θάρρος). Εκπίπτει λοιπόν η χώρα ή το σώμα; Θυμάμαι τη δεκαετία του '90, επίσης πολλούς δημόσιους γραφείς, να θρηνούν για τον εθνικό πολιτιστικό και πολιτικό θάνατο. Κάθε γενιά περνάει από τον υποχρεωτικό θρήνο ή πράγματι στο βάθος έχουμε ένα παρατεταμένο συλλογικό τέλος;

Οι συνεχείς συμβολικές ή κυριολεκτικές ήττες (ή «ήττες» κατά τους επαγγελματίες περιφρονητές), π.χ. στην εξωτερική πολιτική (καλώδιο Κρήτης - Κύπρου, χωροθέτηση θαλάσσιων πάρκων στο Αιγαίο, Μονή Σινά, αποδοχή του παράνομου τουρκολιβικού συμφώνου και από τον Χαφτάρ κ.λπ.) όλα συνεργούν στην αίσθηση ότι είμαστε μειωμένο γεωπολιτικό μέγεθος. Και αυτό συνδυάζεται και με πολιτική δυσκινησία και αναλυτικό στρατηγικό ακαδημαϊσμό. Προ μινός, στη συνάντηση με τον έλληνα Πρωθυπουργό, ο (υποτίθεται) θεσμικός κ. Μερτς (που μεταβάλλει τον ανεπαρκή κ. Σολτς σε μεγάλη πολιτική οντότητα) αναφέρθηκε με αγαπτικό δέος στην Τουρκία, την παραβίαση και εισβολέα, νέα ευρωσυνέταιρο, χωρίς κανέναν αστερίσκο. Το Διεθνές Δίκαιο, ακόμα και ως απλή επίκληση, συντρίβεται. Όλα δηλώνουν αυτό που γνωρίζουμε. Όπως και να το σκποθετήσουμε κανείς (για λόγους παρηγορίας), η Ελλάδα κατατάσσεται χαμηλά. Εκαιψε το ευρωπαϊκό της χαρτί, τα κεφάλαια που εισέρευσαν τα επένδυσε στο καταναλωτικό «τώρα δα» και στα εκμαυλιστικά προεκλογικά επιδόματα, κατέστρεψε τη βιομηχανία της, απαλλοτρίωσε μέσα σε μια υπεροικοδόμηση τα χωρικά αγαθά, κατέστρεψε με τον υπερδανεισμό κάθε έννοια οικονομικής σφαιρόσφινξης και τώρα (πάλι με δανεικό χρήμα) προσπαθεί να γεμίσει όπως όπως το κενό, με ρηχούς εξοπλισμούς. Που, φυσικά, επειδή δεν στηρίζονται σε κανονές είδους παραγωγικής ανασυγκρότησης, όπως και κανονές είδους ανάσχεση της δημογραφικής πτώσης,

είναι ανεπαρκείς και επιδερμικοί. Σαν το «πλούτο» που δημιουργεί η Golden Visa. Ενα πλουτιστικό τίποτα, που αποτελείώνει πόλεις και οικίσσεις.

Για πολλά χρόνια, η τυφλή ελίτ καίει με αυτοκαταστροφική επιμέλεια και το τελευταίο χαρτί που απομένει: τη διανοητική παραγωγή. Την πολυετή εθνική επένδυση στην εκπαίδευση, την καταστρέφουν με μια άφρονα ενοχοποιητική μηχανή. Οι χώροι εκπαίδευσης περιγράφονται ως χώροι του κοινού ποινικού δικαίου. Στην Ελλάδα η «Νύχτα» και τα Πανεπιστήμια είναι οι δύο χώροι του βαρέος εγκλήματος!

Νομίζω ότι η φυγή των νέων επιστημόνων δεν εκφράζεται από την αριθμητική αναχώρηση - επιστροφών (όπως κομπορρημονούν στα κομματικά γραφεία Τύπου), αλλά από την αναχώρηση της πίστης, από την αγωνία αν αυτός ο τόπος σε θέλει και κανένα κερκελοδίατο κομματόσκυλο δεν θα σε εκδιώξει, ή όχι. Η πεποίθηση ότι όλα είναι κατελιπημένα και τελειωμένα αποτελεί τη βαθύτερη μορφή φυγής. Τα παιδιά, επιπλέον μια, συχνά εξιδανικευμένη πραγματικότητα, ακριβώς γιατί αρνούνται την εδώ πραγματικότητα.

Ο Δημήτρης Σεβαστάκης είναι ζωγράφος και καθηγητής της Σχολής Αρχιτεκτόνων Μηχανικών του ΕΜΠ



ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

ΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗ ΣΕΒΑΣΤΑΚΗ