

Hệ tiêu hóa : "Bộ não thứ hai" của cơ thể con người

Tác Giả: Tráng Thành

Thứ Tư:, 06 Tháng 6 Năm 2012 13:42

Tráng thái khäe mänh hay đau äm cä liän hä nhiäu väi chuyän ăn uäng là điäu häu nhä ai cũng biät



Tuy nhiên, bộ máy tiêu hóa không chỉ đơn giản là một phäng tiän thäm läc nhäng gì ta đưa vào bäng.

Ngày cä khi y häc đã có rät nhiäu tiän bä, bộ máy tiêu hóa vän còn chäa đäng rät nhiäu bí än.

Täp chí Khoa häc cäa đài RFI hôm nay muän đäa đän quý vä mät sä hiäu biät mäi trong lĩnh väc này và mät sä biän pháp phä thông giúp cho viäc bäo vä đäc hä thäng rät quan träng này cäa cä thä chúng ta.

Täi Pháp, trong thäi gian gän đây, bộ máy tiêu hóa ngày càng đäc giäi y khoa chú ý hän.

Hệ tiêu hóa : "Bộ não thứ hai" của cơ thể con người

Tác Giả: Tráng Thành

Thứ Tư:, 06 Tháng 6 Năm 2012 13:42

Cuốn sách « Các bí mật về đường ruột, bộ lọc của cơ thể chúng ta » (Les secrets de l'intestin, filtre de notre corps) ra đời năm ngoái 2011, mở ra những hiểu biết mới về mối quan hệ giữa ruột và tính chất đặc biệt rất cao của hệ tiêu hóa và hệ thần kinh trung ương, đời sống sức khỏe con người.

Bộ phận cơ thể này được ví như một « bộ não thứ hai », với sự liên kết giữa bào thần kinh đường ruột và hệ tiêu hóa. Hai tác giả của cuốn sách kể trên là bác sĩ Jacqueline Warnet, chuyên gia về tiêu hóa, về âm thanh học và vi dinh dưỡng, và bác sĩ Louis Berthelot, chuyên khoa mô cơ máu, nhà tâm thần học chuyên về y học Trung Hoa và cũng là chuyên gia về vi dinh dưỡng.

Việc bộ máy tiêu hóa và đường ruột là hệ thần kinh tiêu hóa ngày càng được coi trọng như chúng ta thấy trong cuốn sách "Bộ não thứ hai, một hiểu biết mới mang tính đột phá về chức năng của não và ruột" (The Second Brain, A Groundbreaking New Understanding of Nervous Disorders of the Stomach and Intestine) của nhà nghiên cứu người Mỹ Michael Gershon (đến từ trường Columbia), ra đời cách đây hơn 10 năm.

Đây là cuốn sách đầu tiên đưa ra ý tưởng về hệ thần kinh tiêu hóa như "một bộ não thứ hai" đời sống của chúng ta.

Chúng ta cũng biết rằng, trong một số nền văn hóa, trong đó có Việt Nam, bộ não không chỉ là một bộ phận của cơ thể, mà còn là nơi diễn ra những hoạt động tinh thần của ý thức. "Nghĩ bằng", "tâm bằng", "vừa lòng" hay "phải lòng" ai đó, hay "ghi lòng, tặc đồ"... là một vài trong số rất nhiều diễn biến có thể xảy ra và được dùng phổ biến trong văn hóa người Việt.

Các phát hiện gần đây cho thấy, và còn rất nhiều bí ẩn trong mối quan hệ giữa hệ thần kinh trung ương và hệ thần kinh ruột.

Hệ vi khuẩn đường ruột : một thế giới bí ẩn

Bên cạnh những diễn biến thần kinh của hệ tiêu hóa, hệ vi khuẩn đường ruột cũng là một thế giới ngày càng được chú ý vì có tác động vô cùng lớn lao đến sức khỏe con người. Lĩnh vực này cho đến nay còn ít được nghiên cứu.

Hồ tiêu hóa : "Bộ não thứ hai" của cơ thể con người

Tác Giả: Tráng Thành

Thứ Tư:, 06 Tháng 6 Năm 2012 13:42

Năm 2008, Châu Âu tiến hành chương trình nghiên cứu MetaHIT (Metagenomics of the Human Intestinal Tract) để tìm hiểu về hệ vi khuẩn này, được cho là có số lượng lên tới 100 000 tỉ vi khuẩn, tức là gấp 10 lần số tế bào có trong cơ thể chúng ta.

MetaHit, chương trình nghiên cứu đầu tiên trên thế giới trong lĩnh vực này, được Ủy ban Châu Âu tài trợ 22 triệu đô la, và được tiến hành bởi 8 quốc gia.

Chương trình này có mục tiêu phân lập toàn bộ gen của các vi khuẩn trong đường ruột, với số lượng ước tính khoảng nửa triệu gen. Chương trình MetaHIT sắp kết thúc. Một dự án mới quy mô lớn tiếp theo (mang tên MétaGénoPolis, do Inra - Viện Nông học Pháp - phối hợp cùng với hai công ty thực phẩm Danone và Nestlé), đang chuẩn bị tiến hành, có mục tiêu tìm hiểu tác động của hệ vi khuẩn đường ruột đến sức khỏe, với việc thành lập một ngân hàng mẫu phân của khoảng 100.000 người.

Những kết quả nghiên cứu mới về hệ thống kinh tiêu hóa và hệ vi khuẩn đường ruột mang lại hy vọng sẽ có những ứng dụng quan trọng trong tương lai, đặc biệt trên những diện tích không dùng thuốc, để cải thiện những căn bệnh mà từ trước đến nay vẫn được coi là không đáng trở ngại đối với chuyên gia tiêu hóa, như: chứng đau nửa đầu, căng thẳng, suy nhược cơ thể, kinh nguyệt, mất ngủ, các bệnh về da, các bệnh về tai mũi họng, các bệnh về hô hấp hay các chứng nhiễm trùng...

Tuy nhiên, trong lĩnh vực này, một số nhà nghiên cứu cũng cảnh báo về xu hướng tiêu thụ tràn lan các sản phẩm trợ sinh (probiotic) hay tiền trợ sinh (prebiotic),...