

Περίληψη Διδακτορικής Διατριβής

Ονοματεπώνυμο Υπ. Διδάκτορα	Κουνελάκη Βασιλεία
Τίτλος Διδακτορικής Διατριβής	«Διερεύνηση της σχέσης μεταξύ διατροφικών συνηθειών και βιοδεικτών υγείας, συμπτωματολογίας και ποιότητας ζωής σε ασθενείς με Πολλαπλή Σκλήρυνση»
Τριμελής Συμβουλευτική Επιτροπή	<p>1. Ψυλινάκης Εμμανουήλ (επιβλέπων), Επίκουρος Καθηγητής Διατροφικής Βιοοργανικής Χημείας, Τμήμα Επιστημών Διατροφής & Διαιτολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο</p> <p>2. Μαρκάκη Αναστασία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Διατροφής, Τμήμα Επιστημών Διατροφής & Διαιτολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο</p> <p>3. Σπυριδάκη Ασπασία, Λέκτορας Χημείας με εξειδίκευση στον τομέα των τροφίμων, Τμήμα Επιστημών Διατροφής & Διαιτολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο</p>
Περίληψη	<p>Εισαγωγή: Η Πολλαπλή Σκλήρυνση (ΠΣ) είναι μια χρόνια αυτοάνοση νόσος του κεντρικού νευρικού συστήματος, που προκαλεί φλεγμονώδη βλάβη στο έλυτρο της μυελίνης των νευρώνων. Ο επιπολασμός της στην Ευρώπη κυμαίνεται στα 100 άτομα ανά 100.000 κατοίκους, ενώ στην Ελλάδα πάσχουν πάνω από 21.000 άτομα. Η νόσος πλήττει γυναίκες 2–3 φορές συχνότερα, με διάγνωση κυρίως μεταξύ 20 και 40 ετών, και εκδηλώνεται σε τρεις βασικές κλινικές μορφές: υποτροπιάζουσα-διαλείπουσα, πρωτοπαθώς προοδευτική και δευτεροπαθώς προοδευτική. Αποτελεί την κύρια αιτία μη τραυματικής αναπηρίας σε νέους ενήλικες, επηρεάζοντας σωματικές, γνωστικές και ψυχολογικές λειτουργίες, με σημαντικές επιπτώσεις στην ποιότητα ζωής. Παρά τη σημαντική πρόοδο στις φαρμακευτικές θεραπείες, η ΠΣ παραμένει ανίατη. Πρόσφατες έρευνες αναδεικνύουν τη διατροφή ως σημαντικό παράγοντα με δυνητικό ρόλο στη διαχείριση της νόσου· ωστόσο, δεν υπάρχουν ακόμη τεκμηριωμένες διατροφικές κατευθυντήριες οδηγίες για ασθενείς με ΠΣ.</p> <p>Σκοπός: Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η διερεύνηση της σχέσης των διατροφικών συνηθειών — συμπεριλαμβανομένης της συμμόρφωσης στη Μεσογειακή Διατροφή, της κατανάλωσης επιμέρους ομάδων τροφίμων και της πρόσληψης πολυφαινολικών ενώσεων — με επιλεγμένους βιοδείκτες υγείας, τη συμπτωματολογία (κόπωση, καταθλιπτικά συμπτώματα) και την ποιότητα ζωής που σχετίζεται με την υγεία των ασθενών με ΠΣ. Παράλληλα, η μελέτη στοχεύει στη διερεύνηση πιθανών συσχετίσεων μεταξύ βιοχημικών δεικτών αίματος, δύναμης χειρολαβής με τη συμπτωματολογία και την ποιότητα ζωής των ασθενών.</p> <p>Μεθοδολογία και Δείγμα: Πρόκειται για παρατηρητική, διαχρονική μελέτη παρακολούθησης (longitudinal follow-up study) τριετούς διάρκειας, με ετήσιες επαναξιολογήσεις. Το δείγμα αποτελείται από 100–200 ενήλικες ασθενείς με επιβεβαιωμένη διάγνωση ΠΣ, που αναζητούνται μέσω του τοπικού γραφείου της Ελληνικής Εταιρείας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας στο Ηράκλειο Κρήτης. Οι διατροφικές συνήθειες αξιολογούνται με ημι-ποσοτικό ερωτηματολόγιο συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων (FFQ), το MedDietScore και το MEDAS, ενώ η πρόσληψη πολυφαινολικών ενώσεων υπολογίζεται μέσω της βάσης δεδομένων Phenol-Explorer. Οι βιοδείκτες υγείας περιλαμβάνουν τον Δείκτη Μάζας Σώματος, τη δύναμη χειρολαβής και βιοχημικούς δείκτες αίματος (CRP, φερριτίνη, βιταμίνη D, βιταμίνη B12, αλβουμίνη, λιπιδαιμικό προφίλ). Η συμπτωματολογία αξιολογείται με το Fatigue Severity Scale (FSS), το Eating Assessment Tool (EAT-10) και την κλίμακα CES-D, ενώ η ποιότητα ζωής με το ερωτηματολόγιο SF-36. Η στατιστική ανάλυση περιλαμβάνει περιγραφικές, συσχετιστικές (Pearson/Spearman) και πολυπαραγοντικές αναλύσεις παλινδρόμησης (SPSS).</p> <p>Συνεισφορά: Η παρούσα μελέτη αναμένεται να συμβάλει στην κατανόηση του ρόλου των διατροφικών συνηθειών και ειδικότερα της συμμόρφωσης στη Μεσογειακή Διατροφή και της πρόσληψης πολυφαινολικών ενώσεων, στις εκδηλώσεις της ΠΣ, ένας τομέας που παραμένει ανεπαρκώς διερευνημένος. Επιπλέον, αναμένεται να αναδείξει τη σημασία απλών και μη επεμβατικών δεικτών, η δύναμη χειρολαβής, σε σχέση με τη λειτουργική κατάσταση και την ποιότητα ζωής των ασθενών. Τα ευρήματα θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν μελλοντικά για τη διαμόρφωση κατάλληλων διατροφικών συστάσεων για ασθενείς με ΠΣ.</p>
Λέξεις-Κλειδιά	Πολλαπλή Σκλήρυνση, διατροφή, Μεσογειακή διατροφή, διατροφικές συνήθειες, πολυφαινόλες, συμπτωματολογία, κόπωση, ψυχολογία, ποιότητα ζωής