

## دراسة: القهوة تقلل خطر الإصابة بفقدان السمع للرجال

السبت 6 فبراير 2021 09:21 م

أظهرت دراسة طبية حديثة أن تناول القهوة من قبل الرجال بشكل يومي يقلل من خطر الإصابة بفقدان السمع والذي يواجه كبار السن، ويشكل واحداً من الأعراض الشائعة عند الشيخوخة.

وبحسب الدراسة التي نشرت نتائجها صحيفة "ديلي ميل" البريطانية في تقرير فقد وجد الباحثون أن الرجال الذين يشربون القهوة مرة واحدة يومياً على الأقل كانوا أقل عرضة بنسبة 15% لفقدان السمع.

ووجد الفريق أن القهوة قد تكون لها آثار مفيدة على السمع بسبب خصائصها المضادة للأكسدة والمضادة للالتهابات.

لكن اللافت في الدراسة أنه لم يتم العثور على أي صلة بين القهوة ووظيفة السمع لدى النساء، وهو ما قال الفريق إنه قد يكون بسبب الاختلافات في وظائف الأعضاء بين الجنسين.

وقال الباحثون إن المستويات العالية من هرمون الاستروجين المنتشر في الجسم، والتي تمتلكها النساء أكثر، تحمي من فقدان السمع المرتبط بالعمر، لذا فإن تأثير النظام الغذائي على السمع سيكون "أقل أهمية".

وبحسب ما أوردت الصحيفة، فإن الفائدة يبدو أنها نفسها بغض النظر عما إذا كانت القهوة المستهلكة تحتوي على كافيين أو منزوعة الكافيين، مصفاة أو غير مصفاة.

وأجريت الدراسة في بريطانيا من قبل مجموعة من الباحثين الإسبان والذين أخضعوا أكثر من 37 ألف شخص في المملكة المتحدة للفحوص قبل أن يصلوا إلى هذه النتائج.

وقال الباحثون: "قد يكون لاستهلاك القهوة تأثير مفيد على وظيفة السمع بسبب الخصائص المضادة للأكسدة والمضادة للالتهابات لبعض مركباتها".

وأضافوا إن الأضرار التي لحقت بالميتوكوندريا - مولدات الطاقة في خلايا جسم الإنسان- يمكن أن تسهم في الأمراض التنكسية، مثل فقدان السمع، فيما مضادات الأكسدة لها تأثير وقائي على الميتوكوندريا.

وباستخدام بيانات من البنك الحيوي في المملكة المتحدة تمكن الفريق التابع لجامعة مدريد المستقلة بإسبانيا من مراقبة تناول القهوة لـ 37 ألفاً من الرجال والنساء في منتصف العمر وكبار السن.

وتم فحص سمعهم في بداية الدراسة، ومرة أخرى في متابعتين على مدى 11 عاماً.

وتم تحليل النتائج بطريقة تأخذ في الاعتبار التأثيرات المحتملة على السمع من العوامل الصحية ونمط الحياة الأخرى، مثل ما إذا كانوا قد دخنوا، أو تعرضوا لموسيقى صاخبة أو مكان عمل صاخب.

ووجد الباحثون أن الرجال الذين يشربون ما بين كوب وأربعة أكواب ونصف من القهوة في اليوم كانوا أقل عرضة للإصابة بفقدان السمع.

وبحسب القائمين على الدراسة فإن التقدير هو أن زيادة استهلاك القهوة في كوب واحد يومياً كانت مرتبطة بانخفاض خطر الإصابة بضعف السمع بنسبة 15%.

لكن الدكتور "ماركوس ماتشادو-فراجوا"، الذي كان جزءاً من فريق البحث، حذر من أنه "لا ينبغي استهلاك القهوة بشكل مفرط في محاولة لمنع فقدان السمع، خاصة عند الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية متعلقة باستهلاك الكافيين".

ووجدت دراسات سابقة أن كبار السن الذين يعانون من ضعف السمع لديهم معدلات أعلى من السقوط والاكتهاب والخرف.

وتقدر دراسة العبء العالمي للأمراض أن ضعف السمع هو السبب الرئيس الخامس للإعاقة على مستوى العالم.