

คุณจะเป็นแบบไหน เมื่อสูงวัยมากขึ้น?



ความก้าวหน้าทางการแพทย์ ทำให้คนมีอายุยืนขึ้น แต่การที่คนเราแก่ตัวลงนั้น ไม่ได้วัดกันตรงตัวเลขอายุที่มากขึ้น เพียงอย่างเดียว แต่ความชราภาพที่แท้จริงดูกันที่ความเสื่อมถอยของอวัยวะและระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ซึ่งล่าสุดนักวิทยาศาสตร์ค้นพบว่า ความแก่ชรา นั้นมีอยู่อย่างน้อย 4 แบบ โดยแบ่งตามประเภทของอวัยวะและระบบการทำงานของร่างกายที่มีแนวโน้มจะเสื่อมสภาพลง ได้มากที่สุดในแต่ละบุคคล ทีมนักวิจัยจากคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ของสหรัฐฯ เผยผลการศึกษาในวารสาร Nature Medicine โดยระบุว่า ร่างกายของคนเรามี “ประเภทความชรา” (ageotypes) ที่แตกต่างกัน ซึ่งในปัจจุบันจำแนกได้อย่างน้อย 4 ประเภท คือ กลุ่มภูมิคุ้มกันชรา, กลุ่มตับชรา, กลุ่มไตชรา และกลุ่มระบบเผาผลาญชรา ประเภทของความชราที่เกิดขึ้นดังกล่าว ไม่จำเป็นต้องสอดคล้องกับอายุจริงของบุคคลนั้น และมนุษย์แต่ละคน ก็มีแนวโน้มจะเกิดความชราประเภทใดประเภทหนึ่งได้ไม่เหมือนกัน หรือบางคนอาจมีลักษณะร่วมผสมผสานระหว่างความชรามากกว่าหนึ่งประเภทได้



การแบ่งแยกประเภทของความชรานี้ ได้จากผล วิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ และความเปลี่ยนแปลงของตัวบ่งชี้ทางชีวภาพ (biomarkers) ที่เป็นสารเคมีหลายร้อยชนิดในร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง 43 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 29-75 ปี โดยมีการติดตามเก็บข้อมูลดังกล่าวเป็นเวลา 2 ปี และเปรียบเทียบข้อมูลที่ไต่ระหว่างกลุ่มตัวอย่างหนุ่มสาวกับคนชรา ทีมผู้วิจัยพบว่า มีตัวบ่งชี้ทางชีวภาพกว่า 600 ชนิด ที่สามารถบ่งบอกถึงอายุที่แท้จริงของอวัยวะและระบบต่าง ๆ ในร่างกาย เช่น สารก่อการอักเสบ, จุลินทรีย์, สารพันธุกรรม, โปรตีนหลายชนิด และสารที่เป็นผลพลอยได้จากกระบวนการเผาผลาญใช้พลังงานหรือเมตาบอลิซึม ผู้นำทีมวิจัยกล่าวว่า คนกลุ่มที่มีระบบภูมิคุ้มกันชราหรือเสื่อมสภาพ จะพบสารก่อการอักเสบสะสมในตัวเองมากกว่าคนอื่น ๆ คนกลุ่มที่มีตับหรือไตชราจะพบค่าของสารที่แสดงถึงความเสื่อมถอยของอวัยวะดังกล่าวสูง ส่วนคนกลุ่มที่ระบบเผาผลาญชราจะพบปริมาณน้ำตาลในเลือดอยู่มากกว่าคนทั่วไป ซึ่งแสดงถึงการที่ร่างกายไม่สามารถใช้น้ำตาลกลูโคสได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นหากเราได้รับรู้ถึงประเภทของความชราในแต่ละคน จะทำให้ง่ายต่อการหาวิธีป้องกันและหยุดยั้งการเสื่อมสภาพของร่างกายได้ถูกต้องเหมาะสม โดยมีความจำเพาะเจาะจงในการใช้ยาหรือใช้วิธีการรักษาต่าง ๆ กับแต่ละบุคคลมากขึ้น

แหล่งอ้างอิง

<https://www.bbc.com/thai/features-51288077>

<https://www.longtunman.com/13241>