



پژوهشگران: گاز خنده می‌تواند در بهبود افسردگی کارساز باشد - دیجیاتو

امیر امام جمعه | جمعه، ۲۱ خرداد ۱۴۰۰

محققان در فاز دوم مطالعات بالینی دریافتند مجاورت ۶۰ دقیقه‌ای با گاز خنده یا نیتروز اکسید می‌تواند بهبود چشمگیری در وضعیت بیماران مبتلا به افسردگی مقاوم به درمان ایجاد کند که تا دو هفته پایدار خواهد بود.

در سال‌های اخیر پژوهش‌های بسیاری پیرامون عملکرد و پتانسیل داروهای بیهوشی در درمان افسردگی شدید یا ترک اعتیاد صورت گرفته است. [کتامین](#) از مهم‌ترین داروهایی بوده که توجه پژوهشگران را به سوی خود [جلب کرده است](#). این دارو با مهار گیرنده‌های NMDA در مغز می‌تواند خواص ضد افسردگی از خود نشان دهد. اما از سال ۲۰۱۴ گروهی از محققان تمرکز خود را روی گاز نیتروز اکسید قرار دادند زیرا مکانیسم عملکرد نزدیکی با کتامین دارد و ممکن است برای درمان افسردگی مفید باشد.

نیتروز اکسید برای اولین بار در قرن ۱۸ کشف شده و تاکنون نقش بسیار پررنگی در تاریخچه علم بیهوشی داشته است. برای مدت زمانی طولانی، انتخاب اول بیشتر دندان‌پزشکان در جراحی‌ها استفاده از همین گاز بوده است. استفاده از نیتروز اکسید در دوز کم می‌تواند علاوه بر حالت

آرام‌بخشی، سرخوشی ناگهانی نیز برای مصرف‌کننده ایجاد کند. به همین دلیل در بین عامه مردم به گاز خنده مشهور شده است.



نتایج اولیه تحقیق مذکور حاکی از آن است که نیتروز اکسید می‌تواند برخی نشانه‌های افسردگی شدید را به شدت کاهش دهد. همچنین امکان استفاده از آن برای افرادی که از اختلال اضطراب پس از سانحه (PTSD) و اعتیاد به الکل رنج می‌برند نیز تاحدی مناسب توصیف شده است. البته مطالعات جدید نشان می‌دهد که دوز کمتری از گاز مذکور برای درمان افسردگی نسبت به گذشته مورد نیاز است. مصرف گاز می‌تواند به صورت تک دوز صورت بگیرد یا حتی تا هفته‌ها به صورت مداوم ادامه داشته باشد. ۸۵ درصد افراد مبتلا به افسردگی در مطالعه اخیر پس از مواجه شدن با تک دوز گاز خنده، نشانه‌های بهبودی از خود نشان داده‌اند.

قابل ذکر است که گاز خنده در برخی از افراد عوارض جانبی جدی نیز پدید آورده که مهم‌ترین آن‌ها، حالت تهوع شدید بوده است. کاهش غلظت گاز از ۵۰ درصد هوای دمی به ۲۵ درصد توانسته است تا مقدار زیادی عوارض جانبی آن را کاهش دهد. تحقیقات قبلی نیز نشان داده بود که مصرف تک دوز نیتروز اکسید می‌تواند بین دو تا چهار هفته از شدت افسردگی بکاهد. متابولیسم بسیار سریع گاز خنده و عوارض جانبی کمتر آن نسبت به کتامین، می‌تواند زمینه استفاده گسترده‌تر برای درمان افسردگی مقاوم به درمان را فراهم کند.

[دیجیاتو](#)