

Υγεία / Διατροφή

# Στατίνες: Ποιες και πόσο αυξάνουν τον κίνδυνο άνοιας

**Ο**ι στατίνες είναι ευρέως συνταγογραφούμενα φάρμακα για τη μείωση της χοληστερίνης και του καρδιαγγειακού κινδύνου για έμφραγμα ή εγκεφαλικό. Σε μερικές ανεπτυγμένες χώρες, όπως οι ΗΠΑ, σχεδόν οι μισοί ηλικιωμένοι άνω των 75 ετών παίρνουν κάποια στατίνη. Οι στατίνες διακρίνονται σε υδρόφιλες που εστιάζουν στο ήπαρ και λιπόφιλες που κατανέμονται στους ιστούς όλου του σώματος. Μέχρι σήμερα, σύμφωνα με τους ερευνητές, έχουν υπάρξει αρκετές αντικρουόμενες μελέτες σχετικά με τις επιπτώσεις των στατινών στις γνωστικές διαδικασίες. Κάποιες έχουν συμπεράνει ότι οι στατίνες προστατεύουν από την άνοια, ενώ άλλες ότι επιταχύνουν την εμφάνιση άνοιας. Σύμφωνα με μία νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα, οι άνθρωποι με ήπια γνωστική διαταραχή ή και με υγιείς γνωστικές-νοητικές λειτουργίες, οι οποίοι παίρνουν για καιρό μία συγκεκριμένη κατηγορία στατινών, τις λιπόφιλες, αντιμετωπίζουν υπερδιπλάσιο κίνδυνο να εκδηλώσουν άνοια, σε σχέση με όσους δεν παίρνουν στατίνες. Η μελέτη, από ερευνητές του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες (UCLA), η οποία παρουσιάστηκε στο επίσημο συνέδριο της Εταιρείας Πυρηνικής Ιατρικής και Μοριακής Απεικόνισης στις ΗΠΑ, βασίστηκε σε τομογραφίες εκπομπές ποζιτρονίων (PET), που έγιναν σε χρήστες λιπόφιλων στατινών. Αποκαλύφθηκε μία σημαντική μείωση στον μεταβολισμό σε μία περιοχή του εγκεφάλου (οπίσθιο φλοιό της έλικας του προσαγωγίου), η οποία πρώτη πλήττεται από τη νόσο Αλτσχάιμερ. Δεν διαπιστώθηκαν κλινικές ή μεταβολικές διαταραχές στους χρήστες άλλου είδους στατινών. Η νέα έρευνα φαίνεται να χαράσσει μία ενδιαφέρουσα στάση, βρίσκοντας ότι μόνο ορισμένες στατίνες μπορούν να επιβαρύνουν σε βάθος χρόνου την εξέλιξη του εγκεφάλου και του νου.

## Οι λύσεις της εβδομάδας

Η	Ξ	Α	Υ	Π	Α	Μ	Σ	Ι	Τ	Ζ	Α	Ξ
Ν	Υ	Τ	Α	Ι	Β	Μ	Ο	Ρ	Α	Τ	Ο	
Α	Ι	Ν	Α	Ο	Ρ	Α	Ι	Ν	Α	Μ	Ι	Υ
Ι	Υ	Ι	Μ	Α	Υ	Α	Τ	Α	Μ	Κ	Ο	
Α	Ο	Ζ	Ο	Ζ	Ο	Ν	Α	Υ	Μ	Α	Χ	
Ζ	Α	Ι	Υ	Α	Ρ	Ο	Ι	Α	Υ	Α	Υ	
Α	Τ	Ν	Α	Ρ	Α	Υ	Α	Υ	Α	Ν	Α	
Ρ	Α	Τ	Ε	Ρ	Ι	Α	Υ	Α	Ρ	Α	Τ	Ζ
Φ	Α	Ι	Π	Α	Υ	Α	Υ	Α	Ν	Ο		
Υ	Α	Τ	Α	Τ	Α	Τ	Ζ	Α	Α	Ι	Β	Α
Ο	Κ	Α	Μ	Ρ	Α	Φ	Α	Ι	Ρ	Ε	Τ	Ξ
Ξ	Α	Τ	Ε	Π	Α	Ι	Α	Ι	Α	Ν	Α	Υ

8	5	3	7	2	3	1	9	4	5	9	4	1
7	2	3	9	4	5	7	6	8	7	6	8	4
4	9	5	7	8	6	3	2	1	2	7	8	4
9	1	8	7	6	4	2	5	7	6	4	2	5
6	7	5	9	1	8	2	4	3	4	3	4	3
3	4	2	6	7	5	8	1	9	8	1	9	8
2	3	1	5	6	4	7	9	8	4	7	9	8
5	6	4	8	9	7	1	3	2	5	6	4	8
8	9	7	6	5	4	3	2	1	4	6	5	4

Εύκολο

Οροσκόπια

### Κριός (21 Μαρτίου - 19 Απριλίου) ♈

Η Νέα Σελήνη στους Διδύμους στις 17.06 ίσως να φέρει κάποια νέα ξεκινήματα και συμφωνίες για κάποιους από εσάς αρκεί να μην παραπλανηθείτε και να έχετε καθαρούς στόχους. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα ασχοληθείτε αρκετά με τα παιδιά σας και θα έχετε καλή επικοινωνία με το ταίρι σας ενώ κάποιοι ίσως να κάνουν και κάποια εκδρομή με φιλικά σας πρόσωπα και θα νιώσετε ικανοποίηση. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες γνωριμίες και θα φλερτάρουν αρκετά, κάποιοι ίσως να σταθεροποιήσετε και κάποια γνωριμία μέσα από το φιλικό σας περιβάλλον.

### Ταύρος (20 Απριλίου - 20 Μαΐου) ♉

Η Νέα Σελήνη στις 17.06 ίσως να φέρει ένα νέο οικονομικό ξεκίνημα για κάποιους από εσάς ωστόσο καλό θα είναι να είστε επιφυλακτικοί με υποσχέσεις. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα προσπεράσετε θέματα με την οικογένειά σας και ίσως να θελήσετε να βελτιώσετε τον χώρο του σπιτιού σας ενώ κάποιοι ίσως να καταφέρετε κάποιους στόχους σας ή να πάρετε απόφαση να σταθεροποιήσετε τη σχέση σας. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες γνωριμίες και ίσως να έχετε και βοήθεια από κάποιο φιλικό σας πρόσωπο σε κάποια γνωριμία και θα έχετε κάποιο νέο συναισθηματικό ξεκίνημα ακόμη κι αν ακόμη δεν έχετε ξεκάθαρη εικόνα των αναγκών σας.

### Δίδυμοι (21 Μαΐου - 21 Ιουνίου) ♊

Η Νέα Σελήνη στο ζώδιό σας στις 17.06 θα σας φέρει ένα νέο προσωπικό ξεκίνημα ωστόσο το τετράγωνό της με τον Ποσειδώνα ίσως να μην σας αφήσει να έχετε ξεκάθαρους στόχους ενώ μην σπληνίζεστε σε υποσχέσεις που ίσως να σας δώσουν κάποια άτομα για την επαγγελματική σας αποκατάσταση. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα έχετε καλή επικοινωνία με το ταίρι σας και τα παιδιά σας ενώ κάποιοι ίσως να αποφασίσετε να επισημοποιήσετε τη σχέση σας. Κάποιοι ωστόσο ίσως να έχετε κάποια εμπόδια από την οικογένειά σας. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες γνωριμίες, θα φλερτάρουν και θα διασκεδάσετε ενώ κάποιοι ίσως να κάνουν και κάποια μυστική σχέση. Αποφύγετε όμως να μιλήσετε για τα προσωπικά σας στην οικογένειά σας και αποφύγετε βιαστικές αποφάσεις. Επίσης κάποια γνωριμία που θα γίνει γύρω στις 17.06 ίσως να θέλει λίγο περισσότερο χρόνο για να αξιολογηθεί.

### Καρκίνος (22 Ιουνίου - 22 Ιουλίου) ♋

Η Νέα Σελήνη επίσης στους Διδύμους ίσως να είναι το ξεκίνημα μιας συμφωνίας που ίσως να μην θέλετε να κοινοποιήσετε ωστόσο κάποιοι από εσάς ίσως να έχετε ανάγκη να απομονωθείτε ώστε να κάνετε ένα πλάνο για τα σχέδιά σας. Ωστόσο μην παρασυρθείτε και κινηθείτε ρεαλιστικά. Ερωτικά οι δεσμευμένοι κάποιοι ίσως να αποφασίσετε να σταθεροποιήσετε τη σχέση σας αλλά κάποιοι ίσως να θελήσετε να προγραμματίσετε κάποιους στόχους σας ή τις διακοπές σας με φίλους. Αποφύγετε ωστόσο να κάνετε συζητήσεις με το ταίρι σας για θέματα από το παρελθόν που ίσως κάπως να μπλοκάρουν τη χαρά σας ή να σας φέρουν κάποια απομάκρυνση και προσπαθήστε να μην μεγενθύνετε κάποιες σκέψεις που θα σας επηρεάσουν συναισθηματικά. Οι αδέσμευτοι ίσως να κάνουν μια γνωριμία αρκετά σημαντική μέσα από το φιλικό σας περιβάλλον ή από κάποιο ταξίδι που θα κάνουν ενώ μην αφήσετε πληροφορίες που θα πάρετε να σας επηρεάσουν.

### Λέων (23 Ιουλίου - 22 Αυγούστου) ♌

Η Νέα Σελήνη στις 17.06 ίσως να σημάνει ένα νέο ξεκίνημα και κάποια συμφωνία με ομάδα ή κάποιο φιλικό σας πρόσωπο ωστόσο καλό θα είναι να έχετε ρεαλιστικές προσδοκίες και να έχετε ξεκαθαρίσει τα οικονομικά. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα έχετε περισσότερη διάθεση να διασκεδάσετε και να επικοινωνήσετε με το ταίρι σας ενώ κάποιοι ίσως να πάρετε και σημαντικές αποφάσεις για τη σχέση σας. Θα έχετε τη δυνατότητα επίσης να κάνετε νέα ξεκινήματα αλλά ίσως κάποιοι φίλοι να σας απογοητεύσουν. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες γνωριμίες και θα φλερτάρουν, ίσως να κάνουν μια σημαντική γνωριμία που θα έχει τη δυνατότητα σταθεροποίησης ενώ καλό θα είναι να αποφύγετε κάποιες προσωπικές σας ανασφάλειες που ίσως να βγουν στην επιφάνεια.

### Παρθένος (23 Αυγούστου - 23 Σεπτεμβρίου) ♍

Η Νέα Σελήνη στους Διδύμους επίσης στις 17.06 θα ευνοήσει νέα επαγγελματικά ξεκινήματα ωστόσο προσέχετε τις μεγάλες υποσχέσεις καθώς και την επιρροή τρίτων στις αποφάσεις σας. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα έχετε την ευκαιρία να μονιμοποιήσετε τη σχέση σας εάν δεν το έχετε κάνει ακόμη ενώ κάποιοι ίσως να κάνουν ένα ταξίδι με το ταίρι σας. Αποφύγετε να έρθετε σε κάποια απομάκρυνση λόγω κάποιων επαγγελματικών υποχρεώσεων και προσπαθήστε να είστε πιο κοντά στο ταίρι σας. Οι αδέσμευτοι αποφύγετε μυστικά φλερτ και προσπαθήστε να πάρετε την ευκαιρία μιας γνωριμίας που θα μπορούσε να είναι αρκετά σταθερή και να σας δώσει αρκετή ικανοποίηση.

### Ζυγός (24 Σεπτεμβρίου - 23 Οκτωβρίου) ♎

Η Νέα Σελήνη στους Διδύμους στις 17.06 θα σας απασχολήσει με κάποια σχέδιά σας, ταξίδια, νομικά θέματα ή σπουδές ωστόσο προσέχετε να μην αμελήσετε κάποιες υποχρεώσεις σας ή να μην χάσετε κάποιες προθεσμίες που ίσως να υπάρχουν ώστε να τακτοποιήσετε αυτά τα θέματα. Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα έχετε την ευκαιρία να βρεθείτε με φίλους και να περάσετε όμορφα με το ταίρι σας ενώ κάποιοι θα έχετε την ευκαιρία να τακτοποιήσετε θέματα καθημερινότητας και υποχρεώσεις σας. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες ενώ γνωριμίες μέσα από το φιλικό σας περιβάλλον ενώ κάποιοι ίσως να κάνουν κάποια γνωριμία μέσα από τον επαγγελματικό σας χώρο.

### Σκορπιός (24 Οκτωβρίου - 22 Νοεμβρίου) ♏

Με την Νέα Σελήνη στους Διδύμους σε τετράγωνο με τον Ποσειδώνα να μην ενθουσιαστείτε, να μην πάρετε υπέρτοκα ποσά για να καλύψετε τις ανάγκες σας αλλά να είστε και πολύ προσεκτικοί στις οικονομικές σας συναλλαγές. Ερωτικά οι δεσμευμένοι ίσως να χρειαστεί να κάνετε έξοδα για τα παιδιά σας που ίσως να σας πιέσουν ωστόσο παρόλο που ίσως να έχετε υποστήριξη από έσοδα που ίσως να έχει το ταίρι σας προσέχετε να μην υπερβάλλετε και να μην είστε υπερασπίδοξοι. Οι αδέσμευτοι ίσως να πιεστείτε συναισθηματικά μέσα στην εβδομάδα με κάποια γνωριμία που έχετε κάνει ή με ένα πρόσωπο που ενδιαφέρεστε ωστόσο θα έχετε τη δυνατότητα αν το θελήσετε να κάνετε μια μόνιμη σχέση ενώ κάποιοι να είστε προσεκτικοί στις ερωτικές και σεξουαλικές σας επιλογές.

### Τοξότης (23 Νοεμβρίου - 21 Δεκεμβρίου) ♐

Η Νέα Σελήνη στους Διδύμους στις 17.06 σε τετράγωνο με τον Ποσειδώνα μπορεί να φέρει νέα ξεκινήματα σε κάποια συνεργασία ή συμφωνία ωστόσο καλό θα είναι να ελέγξετε διπλά και τριπλά τους όρους και τις συνθήκες. Ερωτικά οι δεσμευμένοι κάποιοι από εσάς ίσως να κάνουν ταξίδια με το ταίρι σας αλλά να έχετε και βελτίωση σε στόχους των παιδιών σας ίσως και με κάποιες εξετάσεις ή σπουδές ενώ κάποιες διαφωνίες με το ταίρι σας μέσα στο σπίτι φαίνεται ότι θα τακτοποιηθούν από το τέλος της εβδομάδας και μετά. Ωστόσο θέματα του σπιτιού και της οικογένειας ίσως να σας απασχολήσουν ενώ κάποιοι ίσως να έχετε θολή εικόνα για την σχέση σας. Οι αδέσμευτοι θα κάνουν νέες γνωριμίες ίσως και σε κάποιο ταξίδι που θα κάνουν. Κάποιοι ίσως να μπλοκαριστούν ή να απογοητευτούν συναισθηματικά από κάποια γνωριμία ωστόσο θα έχετε την ευκαιρία να βρείτε λύσεις παρόλο που κάποιοι δεν θα πρέπει να ενθουσιαστείτε αμέσως.

### Αιγόκερως (22 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου) ♑

Η Νέα Σελήνη επίσης στις 17.06 σε τετράγωνο με τον Ποσειδώνα ίσως να φέρει ένα νέο εργασιακό ξεκίνημα ειδικά εάν είστε καλλιτέχνες ωστόσο προσέχετε αρκετά και την συμφωνία που θα κάνετε ώστε να μην παραπλανηθείτε όπως επίσης προσέχετε παραλείψετε μέσα στην εργασία σας. Ερωτικά οι δεσμευμένοι ίσως να βελτιώσετε την συναισθηματική επαφή με το ταίρι σας ωστόσο καλό θα είναι να προσέχετε να μην απομακρυνθείτε για υποχρεώσεις της καθημερινότητας αλλά να είστε και συνεπείς στην μεταξύ σας συνεννόηση. Κάποιοι ωστόσο παρόλο που ίσως να πιεστείτε να έχετε εξελίξεις με μια εγκυμοσύνη αλλά και στα παιδιά σας. Οι αδέσμευτοι θα είστε γοητευτικοί και ερωτικοί και ίσως να κάνουν μια γνωριμία με έντονη έλξη ενώ κάποιοι παρόλο που ίσως να δυσκολευτείτε κάπως συναισθηματικά θα έχετε την ευκαιρία να σταθεροποιήσετε κάποια γνωριμία.

### Υδροχόος (20 Ιανουαρίου - 19 Φεβρουαρίου) ♒

Η Νέα Σελήνη στους Διδύμους στις 17.06 ίσως να σας ωθήσει να κάνετε ένα νέο δημιουργικό ξεκίνημα ωστόσο καλό θα είναι να ελέγξετε καλά αν θα μπορούσατε να αντεπεξέλθετε οικονομικά. Ερωτικά οι δεσμευμένοι ίσως να βελτιώσετε τη σχέση σας ωστόσο κάποιοι ακόμη ίσως να έχετε εντάσεις. Κάποιοι ίσως να δυσκολευτείτε με θέματα οικογενειακά αλλά θα έχετε ίσως στήριξη από κάποιο πρόσωπο της οικογένειάς σας ενώ μια εγκυμοσύνη ή θέματα των παιδιών σας ίσως να σας προβληματίσουν και να σας δημιουργήσουν κάποια ανασφάλεια. Οι αδέσμευτοι ίσως να έχετε κάποια απόρριψη από κάποιο πρόσωπο που θα τακτοποιηθεί σταδιακά ωστόσο κάποιοι προσέχετε νέες γνωριμίες και έρωτες αφού ίσως να πάρετε ή να δώσετε απογοητεύσεις.

### Ιχθύς (19 Φεβρουαρίου - 20 Μαρτίου) ♓

Ερωτικά οι δεσμευμένοι θα ασχοληθείτε αρκετά με τις υποχρεώσεις και την καθημερινότητά σας που για άλλους θα είναι πιο εύκολη και για άλλους πιο δύσκολη ενώ συζητήσεις με πρόσωπα της οικογένειάς σας ίσως να σας πιέσουν αλλά θα κάνετε καλή διαχείριση και κάποιοι ίσως να χρειαστεί να στηρίξετε και τα αδέρφια σας. Κάποιοι ίσως να αποφασίσετε και μια συγκατοίκηση αλλά καλό θα είναι να θέσετε ρεαλιστικούς στόχους. Οι αδέσμευτοι ίσως να φλερτάρουν μέσα στον χώρο της εργασίας σας ωστόσο κάποιοι ίσως να πιεστείτε με την απομάκρυνση ενός προσώπου που με την καλή διαχείριση της επικοινωνίας σας θα έχετε θετικά αποτελέσματα. Επίσης νέες γνωριμίες θα χρειαστούν χρόνο από τις 17.06 και μετά για να αποδειχτούν μόνιμες και με εμπιστοσύνη.