

Kanada'daki McMaster Üniversitesi'nde araştırmayı yürüten David Meyre, obezi- teyle ilişkili bir gen mutasyonunun depresyonla ilişkisi olduğunu bulduklarını, bunun aynı zamanda depresyonun gen- lerle ilişkili olduğunu gösteren ilk çalış- ma olduğunu belirtiyor. FTO adı verilen genin obezite ve vücudun yağ kitlesiyle ilişkisi 2007 yılında keşfedilmişti.

Araştırmacılar çalışma sırasında şaşır- tıcı biçimde söz konusu genin depresyon riskini % 8 kadar azalttığını bulmuş. Hatta genomunda bu mutant genden iki kopya bulunanların, depresyon riskinin bir o ka- dar daha yani toplam % 16 kadar azaldığı- nı görmüşler.

Bu sonuçlar, halk arasında yaygın olan "kilolu insanlar neşelidir" düşüncesini doğrular nitelikte. Günümüzde toplu- sal baskı genlerde yazılı olan bilgiye galip geldiğinden, obez insanlarda depresyon görülme sıklığı artmış durumda. Geçmiş-

te, kilolu olmanın bir zenginlik göstergesi olduğu zamanlarda, kilolu insanlar muh- temelen daha neşelidir.

Klozet Oturağı

"Böyle başlık olur mu?" demeden "Böyle önce okumalısınız. Alafranga tu- valet oturağı genellikle evlerimizdeki en kirli eşyalardan biri olarak anılır. Oysa bilim insanları ona büyük haksızlık etti- ğimizi ortaya çıkardı. Evimizde çok daha kirli eşyalar var, üstelik hiç de beklemedi- ğimiz yerlerde.

ABD'deki Arizona Üniversitesi'nden mikrobiyoloji profesörü Dr. Chuck Ger- ba, hastalıkların nasıl yayıldığı konusun- da çalışan bir bilim insanı. Çalışmaları ev ortamındaki eşyaların hangi bakterileri ne

miktarda içerdi- ğini de kapsıyor. Genellikle de yay- gın olarak bulu- nan ve hastalığa neden olabilen



E.coli ve *staphylococcus aureus* üzerine ça- lışıyor. Bu bakteriler dışkıda da bulunuyor.

Gerba, evlerdeki klozet oturaklarında cm² başına ortalama 8 bakteri bulundu- ğunu ve mikroorganizmalar bakımından ele alındığında bunların bulunabilecek en temiz eşyalar olduğunu belirtiyor.

Peki evlerimizdeki en kirli eşyalar ne- rede dersiniz? Şaşırtıcı gelecek belki ama bu eşyalar mutfaklarımızda. Örneğin bir kesme tahtasında, klozet oturağında ol- duğundan 200 kat fazla dışkıda bulunan bakteri bulunuyor. Bunun nedenini an- lamak zor değil. Klozet kapağı evdeki en kirli eşya olarak görüldüğünden sık sık temizleniyor. Oysa bir kesme tahtası çok daha seyrek yıkılıyor ve girintili yüzey- lerinde biriken besin artıkları onlarla bes- lenen bakteriler için ideal bir yuva oluş- turuyor.

Bu bakterilerin eşyaların üzerinde bu- lunması mutlaka dışkıyla temas ettikleri anlamına gelmiyor. Et ve et ürünleri, hatta sebzelerdeki gübre artıkları da bu bakterie- lerin bulaşmasına neden olabiliyor.

Kesme tahtasından daha kirli eşyalar da var. Ortalama bir bulaşık bezi klozet oturağından 20.000, bulaşık süngeri ise 200.000 kat daha kirli. Farklı ülkelerden toplanan örnekler bulaşık süngerinin bu konuda hemen hemen her zaman bir nu- mara olduğunu gösteriyor. Dr. Gerba'nın araştırmalarına göre Avustralya ve Ka- nada en hijyenik koşullara sahip ülkeler. Hindistan ve Malezya ise son sırada ge- liyor.

E.coli indikatör bir bakteri. Yani yük- sek düzeyde hastalık yapıcı olmasa da dışkının bulaştığının bir göstergesi. Onun bulunduğu ortamlarda çok daha tehlike- li olan *salmonella* ve *şigella* bakterileri de bulunabiliyor.

Şu noktada sebzeleri klozet oturağında doğramak kesme tahtası kullanmaktan daha güvenli görünüyor. Ama ne olur ne olmaz, biz yine de tavsiye etmiyoruz.

