

بری‌بری (به انگلیسی: Beriberi) یک نوع سوء‌تغذیه است که در اثر کمبود تیامین (ویتامین ب ۱) بروز می‌کند.

تیامین در شکستن مولکول‌های قند مانند گلوکز به منظور تولید انرژی نقش مهمی دارد. علاوه بر این، در ساختار غشای سلولی نورون‌ها نیز وجود دارد. کمبود این ویتامین موجب ابتلا به بری‌بری و پیدایش علائمی چون خستگی مفرط و اختلال در کارکرد قلب، دستگاه عصبی، ماهیچه‌ها و دستگاه گوارش می‌شود.

علت:

بری‌بری بر اثر کمبود تیامین ظاهر می‌شود. بدن انسان قادر به تولید این ویتامین نیست، و باید آن را از رژیم غذایی خود دریافت کند. تیامین به طور طبیعی در غلات و غذاهای تازه، به خصوص آرد کامل، گوشت تازه، حبوبات، سبزیجات، میوه‌ها و شیر وجود دارد. بنابراین، بری‌بری در افرادی بروز می‌کند که این غذاها را به دلایل مختلف، چون فقر و قحطی، از رژیم غذایی خود حذف کرده یا میزان آن‌ها را از مقدار مورد نیاز بدنشان کم کرده اند.

بری‌بری می‌تواند همچنین در افرادی که از برنج سفید (که دارای میزان کمی تیامین است) استفاده می‌کنند دیده شود. این بیماری در قرن نوزدهم و قبل از آن، در کشورهای آسیایی که برنج سفید را به عنوان غذای اصلی خود مصرف می‌کردند شایع بود.

افراد الکلی دارای رژیم غذایی نامناسب، و نوزادان شیرخواری که مادر آن‌ها دچار کمبود تیامین هستند نیز در معرض ابتلا به بری‌بری قرار دارند.

در گوشت برخی ماهی‌ها آنزیم تیامیناز وجود دارد که موجب از بین رفتن تیامین می‌شود. این آنزیم با پختن ماهی از بین می‌رود، ولی مصرف خام آن در کشورهایی چون ژاپن می‌تواند موجب بری‌بری شود.

علائم:

به طور کلی، علائم بری‌بری شامل کاهش وزن، اختلال در ادراک حواس، اختلالات هیجانی، ضعف و درد در اعضای بدن و نامنظمی ضرب‌آهنگ قلب هستند. ورم بخش‌هایی در بدن نیز از علائم دیگر بری‌بری است. به علاوه، ممکن از غلظت اسید لاکتیک و اسید پیروویک در خون افزایش یابد. بری‌بری وخیم موجب نارسایی قلبی و مرگ می‌شود.

منبع: دانشنامه آزاد ویکی پدیا