



کمبود خواب باعث از بین رفتن سلولهای مغزی می شود

تحقیقات نشان می دهد کمبود خواب باعث از بین رفتن سلولهای مغز می شود. به گزارش شبکه تلویزیونی پرس تی وی، بسیاری از مردم جهان الگوهای نامناسبی برای خواب دارند و سعی می کنند با عادت به شرایط، خواب خود را بهتر بکنند زیرا کمبود خواب تأثیرات منفی بر سلامت دارد.

تحقیقات نشان می دهد کمبود خواب باعث از بین رفتن سلولهای مغز می شود. به گزارش شبکه تلویزیونی پرس تی وی، بسیاری از مردم جهان الگوهای نامناسبی برای خواب دارند و سعی می کنند با عادت به شرایط، خواب خود را بهتر بکنند زیرا کمبود خواب تأثیرات منفی بر سلامت دارد.

نتیجه تحقیقات جدید دانشمندان که در مجله علوم مغز و اعصاب آمریکا منتشر شده است نشان می دهد کمبود خواب باعث از بین رفتن سلولهای مغز می شود. تحقیقات روی موشهای آزمایشگاهی نشان داده است زمانی که دوره بی خوابی در موشها افزایش پیدا می کند، بیست و پنج درصد از سلولهای خاصی از مغز موش می میرند.

دانشمندان بر این باورند مرگ سلولهای مغزی می تواند ریشه بسیاری از تأثیرات منفی بی خوابی باشد. دانشمندان امیدوارند بتوانند در آینده دارویی برای جلوگیری از مرگ سلولهای مغزی در نتیجه بی خوابی تولید کنند.
مرجع : واحد مرکز خبر