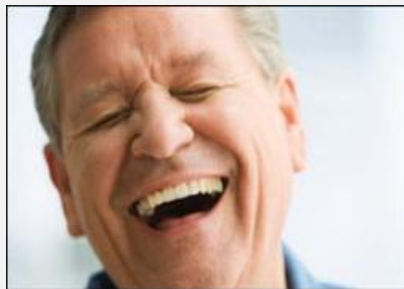


مسکني به نام خنده براي تحمل درد



مسکني به نام خنده براي تحمل درد جام جم آنلاين: خنده نه تنها ناراحتی‌ها را رفع می‌کند، بلکه ظاهراً دردهای شدید را نیز تسکین می‌دهد. این نتیجه تحقیقات پژوهشگران انگلیسی روی چندین داوطلب شجاع بوده که در جریان آزمایشی باید تحت سرما و فشار جسمی شدید فیلم‌خنه‌دار می‌دیدند. به گزارش دویچه وله، کسی که می‌خندد شدت درد را کمتر حس می‌کند. این نکته کشف جدیدی نیست، اما دانشمندان انگلیسی اینبار به سبک حیرت‌انگیزی دوباره واقعیت این نکته را به اثبات رسانده‌اند. خندیدن به‌ویژه به طور گروهی منجر به آزاد شدن

جام جم آنلاين: خنده نه تنها ناراحتی‌ها را رفع می‌کند، بلکه ظاهراً دردهای شدید را نیز تسکین می‌دهد. این نتیجه تحقیقات پژوهشگران انگلیسی روی چندین داوطلب شجاع بوده که در جریان آزمایشی باید تحت سرما و فشار جسمی شدید فیلم‌خنه‌دار می‌دیدند.

به گزارش دویچه وله، کسی که می‌خندد شدت درد را کمتر حس می‌کند. این نکته کشف جدیدی نیست، اما دانشمندان انگلیسی اینبار به سبک حیرت‌انگیزی دوباره واقعیت این نکته را به اثبات رسانده‌اند.

خندیدن به‌ویژه به طور گروهی منجر به آزاد شدن ماده "آندورفین" در بدن می‌گردد و و باعث می‌شود که فرد درد را راحت‌تر تحمل کند. این نتیجه‌ای است که رابین دانبار از دانشگاه آکسفورد در جریان پژوهشی جدید به آن دست یافته است. در این پژوهش داوطلبان یکبار به تنهایی و بار دیگر به طور گروهی ابتدا فیلمی خنده‌دار و سپس فیلمی مستند را تماشا کردند. پژوهشگران مدت زمانی که هر یک از داوطلبان می‌خندیدند را اندازه گرفتند.

در این میان حس درد به این صورت مورد آزمایش قرار گرفت که محققان در هنگام تماشای فیلم‌ها به دور بازوی داوطلبان دستگاه فشارسنج وصل کرده و کیسه هوای درون بازوبند را بیشتر از حد عادی باد کرده یا شیئی که دمای آن 16 درجه سانتی‌گراد زیر صفر است را روی بازوی آنها قرار داده‌اند. در این شرایط داوطلبان بایستی گزارش می‌دادند که تا چه حدی می‌توانند درد را تحمل کنند.

آنها در جریان این آزمایش‌ها کشف کردند که داوطلبان هنگام خنده درد بیشتری را می‌توانند تحمل کنند. این پژوهشگران حدس می‌زنند که واکنش بدن هنگام خندیدن منجر به آزاد شدن ماده آندورفین در بدن می‌شود. "

این ماده خاصیتی شبیه به مخدرها مانند مرفین و دیگر مشتقات تریاک دارد. آندورفین که همچنین به "هورمون‌های خوشبختی" شهرت یافته، در جریان دریافت حس درد نقش مهمی دارند و سیستم دفاعی بدن را نیز تقویت می‌کند. مطالعات علمی دیگر در این زمینه نشان می‌دهند که افراد خنده‌رو ایمونوگلوبین بیشتر در بدن خود دارند، ماده‌ای که بدن را در برابر عفونت‌های تنفسی حفاظت می‌کند.

محققان همچنین احتمال می‌دهند که هنگام خندیدن، حبس کردن نفس به طور ناخودآگاه باعث آزاد شدن آندورفین می‌شود. آنها در جریان این پژوهش متوجه شدند که این تأثیر خنده هنگامی که داوطلبان به طور گروهی فیلم‌های خنده‌دار نگاه می‌کردند، بیشتر بوده و تحمل درد آنها نیز در این شرایط افزایش می‌یافته است.