



هدبندی که رویاها را کنترل می کند / از خواب دیدن لذت ببرید

پژوهشگران هدبند جدیدی ساخته اند که می تواند با اندازه گیری فعالیت حرکات چشم، به کاربر در کنترل رویاهای خود کمک کند.

پژوهشگران هدبند جدیدی ساخته اند که می تواند با اندازه گیری فعالیت حرکات چشم، به کاربر در کنترل رویاهای خود کمک کند.

به گزارش خبرگزاری مهر، شیوه کارکرد این هدبند این گونه است که با اندازه گیری امواج مغزی و فعالیت حرکات چشم، زمانی را که فرد وارد مرحله ای از خواب موسوم به "REM" - می شود، شناسایی می کند.

"آر ای ام" مرحله ای است که در آن حرکات سریع چشم و احتمالا دیدن رویا روی می دهد.

سپس این سیستم یک سری نورها را متساع می کند که کاربر را از خواب بیدار نمی کند اما در عوض به آنها اجازه می دهد تا دریابند که در حال دیدن رویا هستند.

در این حالت کاربران می توانند وارد وضعیت رویای واضح و شفاف شوند و رویاهای خود را کنترل کنند.

این هدبند توسط کیکاستارتر عرضه شده است و می تواند به افراد در دیدن خوابهای شفاف و واضح یاری برساند.

در حالی که سازندگان این هدبند امیدوارند این وسیله، دیدن رویا را برای افراد لذت بخش کند یک متخصص خواب می گوید ممکن است این هدبند به جای حل مشکل، برای کاربر دردسر ساز شود.

دکتر راشل سالاس استادیار دانشگاه جان هاپکینز می گوید مردم از دیدن رویا لذت می برند و اما فکر می کنم هنوز راه طولانی تا زمان استفاده بالینی از این هدبندها باقی مانده است.

وی با اشاره به اینکه در حال حاضر دستگاه های متعددی در بازار وجود دارد که به کاربران در خواب آرام و بهتر کمک می کند، افزود: اما اغلب این گجت ها نمی توانند به درستی مراحل مختلف خواب را تشخیص دهند.

وی همچنین می گوید جامعه امروز بخش عمده ای از وقت خود را با تلفن همراه و رایانه می گذراند و از سوی دیگر از لامپ های ال ای دی استفاده می کند که همه اینها قرار گرفتن در معرض نور را افزایش می دهند این مسئله می تواند اختلالات خواب را به همراه داشته باشد و نور این هدبند نیز می تواند به بی خوابی کاربر دامن بزند.