

Виявлено зони мозку, що відповідають за оптимізм. Американські вчені виявили зони мозку, які відповідають за оптимізм. Вони припустили, що знижена активність цих ділянок може лежати в основі депресії. З'ясувалося, що як негативні, так і позитивні спогади й думки впливали на активність двох ділянок мозку: мигдаликів і передньої частини кори поясної звивини. Однак спогади про радісні події викликали значно більшу активацію зазначених зон мозку, ніж негативні спогади. Також учені відзначили, що в песимістично налаштованих людей ці області активувалися значно менше, ніж у тих, хто дивився на життя з позитивної точки зору. Особливий інтерес для фахівців може представляти той факт, що в розвитку депресії беруть участь ті ж самі зони мозку. Проведені раніше дослідження показали, що в людей із важкою депресією зменшується число нервових клітин в області мигдаликів і передньої частини кори поясної звивини. Нові дані можуть стати основою для створення принципово нового класу антидепресантів, що діють на певні зони мозку (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=30614>).

Японці навчилися повністю відновлювати зуби. Японським ученим із медичного університету міста Хоккайдо вдалося розробити унікальну технологію лікування зубів завдяки винайденому спеціальному хімічному складу, в основу якого входять білки колаген і фосфофорин. У ході експерименту медики помістили пухку білкову масу в ушкоджений карієсом зуб піддослідної собаки. Усього через два місяці було зафіксовано повне відновлення дентину. Японські вчені мають намір почати випробування на людях (<http://news.uportal.com/news/2007/8/27/146965.htm>).

Знайдемо гепетичний ключ до омолодження шкіри. Фахівці Стенфордської школи медицини в Каліфорнії встановили, що ключ до омолодження шкіри може ховатися в одному-єдиному гені. Блокувавши його активність, вони змогли омолодити шкіру дворічних мишей, так що на біологічному рівні вона стала нагадувати шкіру новонароджених мишенят. Роль регулятора процесів старіння вчені приписують єдиному гену - NF-каппа-B. Він належить до родини генів, що називаються транскрипційними факторами та допомагають контролювати передачу інструкцій із синтезу білків від інших генів і тим самим регулюють їх активність. NF-каппа-B, зокрема,
© С.Є. Дейнека, О.О. Бліндер, В.В. Бендас. 2008

змушує деякі інші гени підсилювати або знижувати активність у міру старіння організму (<http://gzt.ru/science/2007/12/04/220009.html>).

Худорба небезпечна для життя. Загалом, нам правильно внушають, що бути товстим небезпечно для здоров'я. Але детальні наукові дослідження показали, що не менш небезпечно бути і худим. Іншими словами дуже товсті й дуже худі люди однаково ризикують не дожити до свого генетично визначеного терміну. Норвезькі вчені, які вперше виявили цю закономірність, прийшли до висновку, що в 90% випадків надмірна худорба віднімає 8 років життя, а зайва повнота лише чотири. Серед людей із хворобливою худорбою збільшується смертність не тільки від злоякісних новоутворень, але й від серцево-судинних захворювань, інфарктів та інсультів. Ці люди частіше піддані зневірі й депресіям (<http://endomed.ru/php/content.php?id=1435>).

Перенесений під час вагітності грип підвищує ризик розвитку в дитини шизофренії. Данські вчені висловили свою гіпотезу щодо того, чому люди, що народилися в холодну пору року, частіше страждають шизофренією. Дослідження, проведене в університеті Орхуса, показує, що причиною може бути грип, перенесений матір'ю під час вагітності. Порівняльний аналіз даних про дати народження й стан здоров'я дітей, а також про перенесені їх матерями хвороби, виявив взаємозв'язок між грипом і психічними розладами. Був також установленний ряд інших зовнішніх факторів, що впливають на подальше психічне здоров'я дитини. Так, у недоношених дітей імовірність розвитку шизофренії виявилася вищою в 1,5 раза, а ускладнення при пологах можуть збільшити її до 2,4 раза. Учені заявляють, що перенесений під час вагітності грип підвищує ризик розвитку в дитини шизофренії у 8 разів (<http://www.zdoroviedevochki.ru/doctors/news/new.aspx?id=26116>).

Шоколад може поглибити депресію. Теорія про те, що шоколад може діяти як антидепресант, іде коріннями в повір'я, нібито залежність від шоколаду пов'язана з дефіцитом серотоніну, однак, австралійські дослідники не знайшли ніякої підтримки цій гіпотезі. Вірно лише те, що шоколад діє на ті ж нервові структури, що й серотонін. Однак, потрібно з'їсти вантажівку шоколаду щоб відчутти ефект, еквівалентний одній пігулці антидепресанту. Тому австралійські вчені

виключають будь-яку можливість використання шоколаду для зняття стресу або депресії (<http://www.trevogi.net/news/new.aspx?theme=120&id=26096>).

Плановий кесарів розтин може негативно відбитися на здоров'ї дитини. Датські медики вивчили матеріали про 34 тисячі пологів і відзначили, що в дітей, які народжені за допомогою планованого кесаревого розтину, в чотири рази підвищується ризик виникнення захворювань дихальних шляхів. Це зумовлено тим, що зусилля при пологах і гормональні зміни, пов'язані з ними, необхідні для розвитку легенів дитини. "В останні роки усе більше жінок роблять вибір на користь планованого кесаревого розтину, навіть якщо медичних показань для цього немає. Однак, багато жінок абсолютно не знають про те, що планований кесаревий розтин може негативно відбитися на їх дитині" - зазначають лікарі лондонської клініки King's College (<http://www.zdoroviedevochki.ru/doctors/news/new.aspx?id=26070>).

Єдиний ген запускає біологічний годинник людини. Як встановили генетики з Каліфорнійського університету, весь механізм біологічного годинника людини включається однією єдиною амінокислотою в складі людського білка, який детермінує ген CLOCK і його "партнер" BMAL1. Ця амінокислота, у свою чергу, впливає на 15% інших генів. Саме тому, коли процес порушується, наслідки виявляються настільки різноманітними. Наприклад, усі існуючі на сьогоднішній день методи лікування порушень сну впливають на одну й ту ж сполуку в організмі, при тому що самих порушень відомо 89 видів. Отримані генетиками результати дозволять розробити більш націлені методи лікування й підходити до пацієнтів більш індивідуально (<http://www.trevogi.net/news/new.aspx?theme=120&id=26092>).

Стрес відображується і на стані волосся та шкіри. Відповідно до результатів недавнього дослідження, якщо жінка піддається частим стресовим впливом, то їй загрожує небезпека надмірного випадіння волосся. Про це повідомили британські вчені, які стверджують, що сучасні англійки часто перебувають у небезпечному стресовому стані, що може негативно відбитися на красі й розкішності їх волосся. Крім шкідливого впливу на здоров'я волосся, стрес також негативно впливає на стан шкіри жінки (<http://www.trevogi.net/news/new.aspx?theme=120&id=25996>).

Параліч після травми шийного мозку можна вилікувати. Нейробіологи з Каліфорнійського університету в Лос-Анджелесі з'ясували, що головний і спинний мозок у стані реорганізувати функції після травми спинного мозку, щоб

відновити на клітинному рівні зв'язки, необхідні для ходьби. У лабораторних умовах миші із частковим ушкодженням спинного мозку через 8-10 тижнів були здатні відновити здатність ходити, хоча й не так добре, як до травми. Американські вчені виявили, що при ушкодженні спинного мозку блокуються прямі сигнали від головного мозку до рухових центрів, але сигнали здатні йти в обхід по більш коротких з'єднаннях (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31285>).

Смерть від грипу закладена в генах. Родичі людей, що померли від грипу, частіше вмирають з тієї ж причини, причому підвищений ризик смерті від цієї інфекції зберігається й у наступні роки. Цей факт може свідчити про спадкову схильність до розвитку тяжких форм грипу, думають учені з Університету штату Юта, проаналізувавши інформацію про родинні зв'язки жителів Юти та свідчення про смерті, видані в цьому штаті протягом останніх ста років. За даними вчених, брати й сестри загинилих від грипу вмирали від цього захворювання на 74%, а діти - на 60% частіше, ніж неродичі. Відомо, що тяжкість перебігу захворювання й смертність від грипу залежить як від особливостей штаму вірусу, так і від стану організму людини - зокрема, його віку й наявності супутніх захворювань. Дані, отримані вченими з Університету штату Юта, свідчать також і про роль спадкового фактора (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31275>).

Споживання м'яса збільшує ймовірність деяких видів раку. Споживання в їжу великої кількості м'яса (крім м'яса птахів і риби) і м'ясних напівфабрикатів збільшує ризик захворювання різними видами раку, в тому числі раком легенів і раком кишечника. Дослідження, проведене рядом лікувальних центрів США, є першою у своїй області роботою, що показує зв'язок між вживанням м'яса й появою злоякісних утворень легенів. Проведена робота також показує, що надмірне споживання м'яса збільшує ще й рак печінки, стравоходу, підшлункової залози (у чоловіків). За даними Національного онкологічного інституту (США) обмеження вживання червоного м'яса й м'ясних напівфабрикатів багаторазово зменшує ймовірність ракових захворювань. Ризик захворювання раком легенів, печінки, стравоходу й кишечника при надмірному споживанні червоного м'яса збільшується з 20 до 60%. При вживанні м'ясних напівфабрикатів ризик захворювання раком легенів зростає на 16%, а ймовірність раку кишечника на 20%. За словами дослідників, червоне м'ясо й напівфабрикати можуть призводити до раку різними шляхами. Наприклад, вони є джерелами ненасичених жирів і заліза, які, як ві-

домо, сприяють переродженню здорових клітин у ракові. Також червоне м'ясо є джерелом ряду хімічних елементів, які призводять до мутацій ДНК (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31221>).

Солярій забезпечує розслаблення і рак. Відомо, що перебування в солярії поліпшує настрій, очевидно, за рахунок підйому рівня ендорфінів. Однак, люди, що відвідують солярій, збільшують ризик розвитку рака шкіри в 1,5-2,5 рази. Десятихвилинне відвідування солярію щодня більш небезпечне, ніж нечасте перебування на сонці (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31081>).

Спростовано 7 міфів офіційної медицини. Матері здавна застерігають підлітків-дівчаток, що голити ноги безглуздо - волосся відростає швидше й стає тільки густішим. Однак ця поширена думка всього лише міф. Принаймні, так стверджують американські вчені: за їх словами, "підвищена кошлатість" у цьому випадку - лише оптична ілюзія. Учені з Медичної школи Університету Індіани, проаналізувавши безліч наукових досліджень, спростували це й ще шість розповсюджених переконань, які не підтверджуються фактами. Вони виявили: усупереч думці більшості людей, волосся після гоління не відростає швидше й не набуває більш темного відтінку. Ілюзія густоти шевелюри створюється, тому що волосся, що відростає, має тупі кінчики. Волосся, яке не зривали, має конічні кінчики. Результати дослідження, проведеного цією групою вчених, також змушують засумніватися в розповсюдженій думці про те, що людині варто випивати вісім склянок простої води в день. Тим часом ця рекомендація вперше була дана ще в 1945 році. Як показали дослідження, люди одержують досить рідини, коли п'ють соки й молоко, а також чай або каву. Крім того, дані про хворих підкреслюють, що занадто багато води пити шкідливо. Дослідники прийшли до висновку, що в основі стійкої, але невірної думки про те, начебто після смерті людини його волосся й нігті не перестають рости, теж лежить оптична ілюзія: розгадка в тому, що після смерті шкіра стискається в результаті зневоднювання тіла після смерті й висихання. Помилковим виявилось й застаріле переконання, начебто читання при поганому освітленні псує зір. Як виявили офтальмологи, хоча тьмяне освітлення може викликати тимчасову напругу очей, його довгострокові ефекти малоймовірні. Ще одна розповсюджена думка, що блукає по науково-популярних виданнях ще з 1907 року, - а саме, заява, що людина використовує свій мозок усього

на 10% - спростована на основі спостережень за пацієнтами із травмами мозку. Як виявилось, ушкодження будь-якого відділу мозку впливає на розумові здатності людини, функціонування його вегетативної нервової системи й поведінку, а томографія роказала, що жоден відділ мозку не є абсолютно бездіяльним. Дослідники також стверджують, що докопалися до істини в питанні використання мобільних телефонів у лікарнях. Як виявилось, вони менш небезпечні, ніж вважалося раніше. Існували тривоги, що електромагнітне випромінювання телефонів порушує роботу медичного устаткування, але ретельні випробування у Європі дозволили зробити висновок, що такий вплив мінімальний. І нарешті, було оскаржена думка про те, що м'ясо індички викликає сонливість. М'ясо індички дійсно містить амінокислоту, від якої, як відомо вченим, хилить до сну, але у свинині й сирі питома частка триптофану набагато вища (<http://www.medlinks.ru/article.php?sid=31175>).

Чоловіки переоцінюють свій розум. Інтелектуальні відмінності між статями надумані - так вважають психологи з University College London. Вони стверджують, що чоловіки переоцінюють свій розум, у той час як жінки принижують свої інтелектуальні здібності. Дослідження показують, що жінки, як правило, оцінюють свої інтелектуальні здатності значно нижче, ніж чоловіки (розходження становить близько 5 пунктів), у той час як останні схильні переоцінювати міць свого розуму. Чоловіки, як правило, більш самовпевнені, а не кмітливі, що "може позитивно позначитися на результатах співбесіди й навіть обстеження". Втім, в окремих аспектах інтелектуального розвитку відмінності між чоловіками й жінками існують. У чоловіків краще розвинене просторове мислення, що відповідає за орієнтацію в просторі й навички роботи із цифрами. Жінки домагаються більших успіхів у сфері "емоційного розуму" і в мовному розвитку. Вони раніше опановують широкий словниковий запас, використовують більш складні граматичні конструкції й краще читають.

Відповідно до іншої точки зору, відмінності між представниками різних статей в оцінках своїх здатностей знаходить пояснення в розподілі інтелекту серед тих та інших: середній показник IQ для чоловіків і жінок, як правило, однаковий, але в природі більше безглуздих чоловіків, що компенсується відповідною кількістю чоловіків, украй розвинених в інтелектуальному відношенні (<http://inauka.ru/news/article80186?subhtml>).