



**Мозговая деятельность может контролировать сопротивление гриппу и простуде, утверждают ученые, которым удалось продемонстрировать прямую взаимосвязь между мозговой деятельностью, эмоциональным состоянием и иммунитетом организма, пишет 2 сентября британская газета Independent.**

Это открытие, в частности, объясняет, почему люди чаще простужаются и заболевают гриппом в состоянии депрессии.

Группа неврологов во главе с профессором Ричардом Дэвидсоном из Университета Висконсина установила, что ключевую роль в формировании не только эмоционального состояния, но и иммунной системы организма играет электрическая активность в предлобной коре головного мозга.

Высокий уровень электрической активности в правой части предлобной коры головного мозга влияет на негативное эмоциональное состояние и повышенную уязвимость организма для вируса гриппа.

В то же время повышенная активность в левой части предлобной коры головного мозга определяет позитивный эмоциональный настрой.

Ученые ввели 52 добровольцам вакцину против гриппа, а затем просканировали их мозг, замерив интенсивность электрической активности в правой и левой частях предлобной коры, чтобы проследить, как иммунная система участников эксперимента будет реагировать на симуляцию вирусной атаки.

В течение следующих шести месяцев ученые измеряли уровень антител, которые образовывались в крови каждого добровольца. Удалось установить взаимосвязь между интенсивностью мозговой активности и уровнем антител: антител оказалось больше в организме тех людей, у которых была зафиксирована более высокая активность в правой части предлобной коры головного мозга.

Таким образом, ученые продемонстрировали, что между психологическим и физическим здоровьем существует прямая взаимосвязь. Жесткие стрессы и депрессия оказывают прямое воздействие на иммунную систему, влияя на уровень химических веществ, которые требуются для эффективного противодействия инфекции. Эмоции играют важную роль в регулировании систем организма, отвечающих за наше здоровье, – говорит профессор Дэвидсон.

Об открытиях профессора Дэвидсона сообщается в издании Proceedings of the

National Academy of Sciences.