

## Глупцы и дураки те, кто работает ночью

Не беспричинно природа человеческого организма диктует спать по ночам, а днём работать. Человек, спящий днём и бодрствующий ночью, – глупый. Это доказали американские учёные из Университета Мичигана.

Вернее, доказали на крысах, но учёные уверяют, что результаты исследования касаются и человека. Статью о проделанной работе группа исследователей опубликовала на сайте своего университета с названием «Темнота делает нас глупее?»

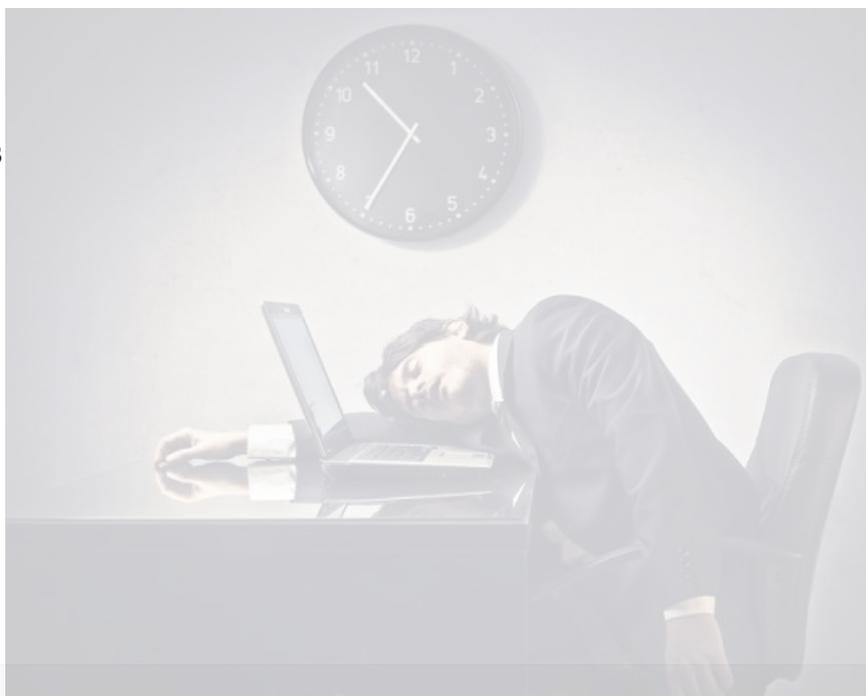
Они уверяют, что проведение длительного времени в тёмных комнатах и офисах меняет структуру мозга и сердца. В результате у человека ухудшаются способности учить и запоминать.

Эксперименты проводились над крысами, которые так же, как и люди, спят ночью, а бодрствуют днём.

Грызунов разделили на две группы. В течение четырёх недель одни жили при свете, а другие – при темноте.

В итоге «тёмные» подопытные потеряли около 30% ёмкости в гиппокампе. Это область мозга, которая отвечает за обучение и память.

После этого крыс поменяли местами. Спустя месяц у «тёмных» наблюдалось восстановление, а у «светлых» - ухудшение.



*«Устойчивое воздействие тусклого света приводит к сокращению нейротрофического фактора мозга — пептида, который помогает поддерживать связи между нейронами в гиппокампе. Другими словами, тусклый свет превращает нас в глупцов», - сказано в первоисточнике.*

Учёные уверяют, что то же касается и людей. Ведущие ночной образ жизни могут легко забывать простые вещи. К примеру, не помнят, где оставили машину, пока ходили по магазинам.

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:  
- [Телеграм](#)

- *ВКонтакте*

Связаться с редакцией Бабра:  
*newsbabr@gmail.com*



Автор текста: **IFox**,  
экологический обозреватель.

На сайте опубликовано **1923**  
текстов этого автора.

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot  
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: @bur24\_link\_bot  
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: @irk24\_link\_bot  
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: @kras24\_link\_bot  
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: @nsk24\_link\_bot  
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

Прислать свою новость

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: equatoria@gmail.com

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)