

Зуд — это сильное ощущение, характеризующееся негативными эмоциями и желанием почесаться. Но за счёт Интернета мы теперь добились глобальной распространённости «социально заразного» зуда. При этом все мы запрограммированы воспринимать зуд как защитный механизм.

Долгое время так называемый социально заразный зуд считался реальным, а не воображаемым. Впервые он был научно задокументирован в 2000 году. Но именно исследование 2012 года, проведенное Хеннингом Холле из Университета Халла в Англии, показало, что в действительности происходит с человеком, когда он видит, как чешется кто-то ещё.

Участники эксперимента, которые смотрели видео, где добровольцы чешутся, оценивали интенсивность зуда гораздо выше и чесались чаще, чем те, кто смотрел на роликах, как кто-то постукивал по части тела. Мужчины и женщины были в равной степени подвержены заразному зуду, но люди с более высоким показателем «невротизма» (склонности к негативным эмоциям) испытывали больший зуд.

Кроме того, чувствительны к социально заразному зуду были и люди с хроническим зудом в анамнезе. Хронический зуд сопровождается посттравматическим стрессом.

Ещё одно исследование показало, что даже визуальные стимулы (изображение ползающих по коже муравьёв) способны привести к зуду. Другая научная работа продемонстрировала, что зуд могут вызвать звук царапин или трения, разговор на темы, связанные с зудом.

Данные визуализации мозга также показали, что при социально заразном зуде (когда вы наблюдаете, как кто-то чешется) активируется вся сеть мозга, которая функционирует при реальном физическом зуде. Возможно, с эволюционной точки зрения это позволяет защититься от заражения чем-либо.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.