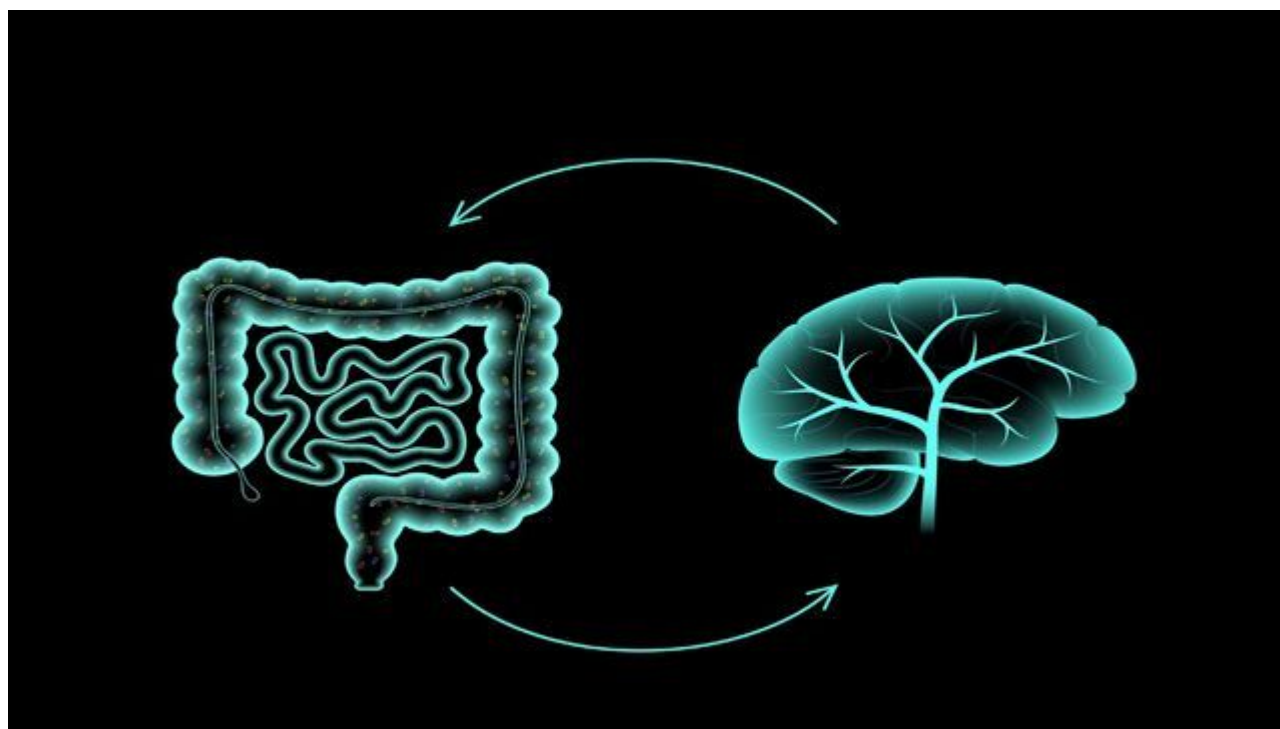


Оказывается, ожирение развивается на фоне проблем с тревожностью. Согласно результатам новой работы, набор веса при неправильном питании связан с нарушением когнитивных функций и развитием тревожности. Это доказывает ещё раз, что существует связь между психическим здоровьем и здоровьем кишечника.

Чтобы лучше понять связь между набором веса, здоровьем кишечника и психическим здоровьем, учёные провели эксперименты на мышах.

Принимали участие в новом исследовании 32 самца мышей. Их возраст составлял от 6 до 21 недель. Грызунов разделили на две группы. Одна жила на пище с низким содержанием жиров, а другая на продуктах с высоким содержанием жиров. Всего такая диета длилась 15 недель.



iStock.

Далее животных поместили в условия для выполнения заданий. В ответ на когнитивные тесты мыши, которые были на диете с большим количеством жиров, демонстрировали поведение, близкое к симптомам тревожности у людей. Другими словами, они проводили больше времени в «замирании». Худые же мыши чувствовали себя свободнее.

Оказалось также, что у мышей был разный микробиом. Эти результаты подтверждают,

Учёные обнаружили новые факты о том, как бактерии в кишечнике влияют на мозг

что есть сильная связь между кишечником, психическим здоровьем и тревогой.

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