

ХІМІЯ МОЗКУ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Стражнікова Марія, викладачка

КЗ ЛОР Львівський медичний фаховий коледж

післядипломної освіти, м. Львів, Україна

pavliuk_mariia89@gmail.com

Щастя, смуток, хвилювання, ейфорія і навіть страх – це емоції, які викликаються та підтримуються хімічними речовинами в мозку, відомими як нейромедіатори. Нейромедіатори – це спосіб зв'язку мозку з нервовими клітинами організму [1].

Чотири основні хімічні речовини мозку, дофамін, серотонін, окситоцин і ендорфіни, відіграють важливу роль у підтримці ментального здоров'я [2]. Інші нейротрансмітери можуть надсилати повідомлення в мозок, включаючи глутамат, ГАМК і ацетилхолін. Дослідники все ще вивчають роль, яку ці хімічні речовини мозку відіграють у депресії та інших станах, таких як хвороба Альцгеймера та фіброміалгія.

1. H. Tost, F.A. Champagne, A. Meyer-Lindenberg, Environmental influence in the brain, human welfare and mental health, *Nat Neurosci.* 18 (2015) 1421-1431.
2. How You Can Benefit from Happy Chemicals
<https://integrisok.com/resources/on-your-health/2022/july/happy-chemicals>