

## TẮM NẮNG GÂY NGHIỆN NHƯ MA TÚY?

Nghiên cứu mới trên chuột của nhóm nhà khoa học tại Đại học Harvard cho thấy, ánh nắng mặt trời kích thích sản xuất chất endorphin, một hóa chất giảm đau và tạo cảm giác khoan khoái, khiến chuột có những triệu chứng như bị nghiện. Điều này cũng có thể gi

Nghiên cứu mới trên chuột của nhóm nhà khoa học tại Đại học Harvard cho thấy, ánh nắng mặt trời kích thích sản xuất chất endorphin, một hóa chất giảm đau và tạo cảm giác khoan khoái, khiến chuột có những triệu chứng như bị nghiện. Điều này cũng có thể giải thích vì sao nhiều người không thể “cưỡng lại” tắm nắng.

Kết luận trên được nhóm nhà khoa học thuộc Trung tâm Y học, Đại học Harvard, Mỹ rút ra sau khi thí nghiệm cho chuột tiếp xúc hàng ngày với ánh sáng tia cực tím (UV) có trong ánh nắng mặt trời với thời gian 6 tuần liên tiếp. Số lượng tiếp xúc này tương đương với 20-30 phút tiếp xúc với ánh nắng mặt trời vào buổi trưa hè ở bang Florida.

Chỉ trong vòng 1 tuần, mức độ chất endorphin trong chuột đã tăng lên đáng kể khiến con vật này trở nên ít nhạy cảm với đau đớn. Sau đó, nhóm nghiên cứu đã cho chuột dùng một loại thuốc ức chế endorphin. Đáng bất ngờ, những con chuột đã nảy sinh các triệu chứng run rẩy và tránh các nơi đã được dùng thuốc.

Nhà nghiên cứu, giáo sư David Fisher mô tả tác động của ánh nắng mặt trời đối với chuột trong thí nghiệm gợi nhớ tới chất gây nghiện heroin. Giáo sư Fisher cũng cho rằng: “những thông tin mà nghiên cứu đem lại có thể có giá trị giáo dục người dân hạn chế tiếp xúc quá mức với ánh nắng mặt trời”.

Nhóm nghiên cứu suy đoán rằng, cơ chế “gây nghiện” do ánh nắng mặt trời gây ra cũng có thể giải thích lý do tại sao nhiều người không thể cưỡng lại tắm nắng, mặc dù họ phải đối mặt với nguy cơ ung thư da. Cảm giác gây nghiện của ánh nắng mặt trời qua nghiên cứu này cũng trùng hợp với một số nghiên cứu trước đây đã tìm thấy ở những người thường xuyên tắm nắng mặt trời còn có thể phân biệt được sự khác biệt giữa tia UV thật và giả.

Tuy nhiên, một số chuyên gia khác lại nghi vấn, những phát hiện, thử nghiệm trên chuột chưa chắc đã đúng hoàn toàn đối với con người. “Chuột là động vật ăn đêm được bao phủ trong lông để tránh ánh sáng, vì vậy phải thận trọng đối với việc suy luận đối với trường hợp của con người”, tiến sĩ Richard Weller, bác sĩ da liễu tại Đại học Endinburgh, Anh cho biết.

Con người không phải tránh tiếp xúc với ánh nắng mặt trời, chỉ có điều là không tiếp xúc quá mức với nó, bác sĩ Weller nói thêm.