

## XỊT MŨI ĐỂ TỰ TIN HƠN

Theo trang tin Top News, một loại thuốc xịt mũi có thể giúp những người nhút nhát hoặc sống nội tâm trở nên tự tin hơn trong các cuộc hẹn hò lần đầu, phỏng vấn xin việc hay trong các bữa tiệc Giáng sinh, vốn là những hoạt động khiến họ bị stress.

Theo trang tin Top News, một loại thuốc xịt mũi có thể giúp những người nhút nhát hoặc sống nội tâm trở nên tự tin hơn trong các cuộc hẹn hò lần đầu, phỏng vấn xin việc hay trong các bữa tiệc Giáng sinh, vốn là những hoạt động khiến họ bị stress.

Một cuộc nghiên cứu mới của ĐH Concordia (Canada) cho thấy một dạng oxytocin dùng trong mũi có thể cải thiện sự tự nhận thức trong những tình huống xã hội.

Oxytocin, một hormone tự nhiên được tiết ra sau khi sinh con hoặc trong những khoảng thời gian có sự gắn kết xã hội, gần đây đã được nghiên cứu về tác dụng của nó đối với những hành vi xã hội.

Chuyên gia Mark Ellenbogen, một thành viên của nhóm nghiên cứu, cho biết: “Nghiên cứu của chúng tôi cho thấy oxytocin có thể thay đổi cách mọi người nhìn nhận chính mình, từ đó có thể khiến cho nhiều người trở nên hòa đồng hơn”.

“Dưới tác động của oxytocin, một người có thể cảm thấy mình hướng ngoại hơn, cởi mở hơn với những ý tưởng mới và tin tưởng mọi người hơn”, ông nhấn mạnh.

Khoảng 100 nam giới và phụ nữ tuổi từ 18 đến 35 đã được lựa chọn cho cuộc nghiên cứu. Những người này không uống thuốc, không bị rối loạn tâm thần trong hiện tại hoặc quá khứ và không sử dụng thuốc kích thích hoặc hút thuốc lá.

Họ được hít oxytocin từ một loại thuốc xịt mũi và hoàn thành bản câu hỏi về cảm nhận của mình 90 phút sau đó.

Những người tham gia được đánh giá về độ nhạy cảm thần kinh, sự cởi mở với những trải nghiệm mới, kinh nghiệm mới, sự dễ chịu và sự tận tâm.

“Những người dùng oxytocin trong mũi cho biết họ cảm thấy hướng ngoại và cởi mở hơn so với những người dùng giả dược”, ông Christopher Cardoso, một thành viên khác của nhóm nghiên cứu, cho biết.

“Cụ thể, dùng oxytocin đã tăng cường các đặc điểm tính cách như sự ấm áp, lòng vị tha, niềm tin và sự cởi mở”, ông nói thêm.

Kết quả nghiên cứu đã được công bố trên chuyên san Psychopharmacology.