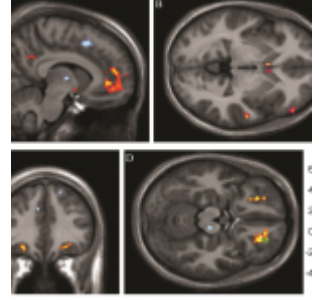




الحب : مضاد الألم بامتياز

إن الشعور بالحب المُحْتَدِم قادر فعلا على الحد من معاناة الفرد، وذلك من خلال تفعيل منطقة معينة من الدماغ. باختصار، للحد من الألم يجب عليك أن تقع في الحب.



doi:10.1371/journal.pone.0013309.g001

وفقا لدراسة نشرت بمجلة “[يلوس وان](#)”، فإن الحب يجعل الألم يختفي. فقد أكد باحثون في كلية الطب بجامعة ستانفورد أن رؤية الحبيب تقلل من المعاناة، تماما كما تفعل المسكنات التقليدية المضادة للألم. كما أن الإحساس بالحب، يؤدي إلى ردود فعل فيزيولوجية مهمة كالنشوة وفقدان الشهية وزيادة معدل ضربات القلب وزيادة الطاقة . وكل هذا سببه إفراز هرمونات محددة مثل الدوبامين الذي يؤثر في نظام المكافأة على مستوى منطقة معروفة بالدماغ.

ويوضح آرثر آرون، أستاذ علم النفس، قائلا: “عندما نفكر في الحبيب، يُفعل نظام المكافأة في الدماغ، وهي نفس المنطقة التي تتوهج عند تناول الكوكايين، أو عند الفوز بالكثير من المال. وقد عمل كل من شون ماكي وآرثر آرون على اختبار هذه الفرضية، التي اُخْتُبِرَت من قبل وتحققت من منطلق سلوكي، وثبت أن رؤية صورة المحبوب تساهم في تقليل الألم مقارنة برؤية شخص مجهول، مع وجود تأثير مسكن للألم عند مسك يد الشريك. رغم أنها تفتقر إلى منطلق علمي.

ولإثبات الفكرة، قام الباحثون باختيار ثمان نساء وسبعة رجال في علاقة عاطفية جديدة (مضى عليها أكثر من تسعة أشهر) و تعريضهم لنوع من الألم، وقد لوحظ أنهم قادرون على تجاوز الألم عند رؤية صور المحبوب أو عند طرح الباحث لسؤال لعلهم. وقد قاموا بتحليل أدمغتهم في اللحظة ذاتها وذلك باستعمال جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي الذي يكشف تدفق الدم إلى الدماغ، الشيء الذي يدل على نشاط مناطق من الدماغ.

وكما كان متوقعا، شعر المتطوعون بالألم أقل عند رؤية الحبيب وعند إجاباتهم على الأسئلة المطروحة. في المقابل، كانت المفاجأة أن تأثير المسكن لا ينطوي على نفس مناطق الدماغ في كلتا الحالتين. في حين أن

استعمال وسيلة الإلهاء عن طريق طرح أسئلة يرتبط أساسا باللحاء الدماغى ذو الدور المعرفى، فإن الإحساس بالحب ينشط مناطق الدماغ المرتبطة بنظام المكافأة المسؤولة عن الشعور بالهدوء وخفض التوتر.

رابط الدراسة العلمية: [يلوس وان](#)