



لماذا ننام؟

لماذا ننام؟ سؤال لطالما شغل بال العلماء لقرون.



من البديهي أن النوم مصدر للراحة وفرصة لاستعادة الدماغ لنشاطه، ومع تطور العلوم بدأت مؤخرًا تكشف لنا حقائق مدهشة لم نكن نعلم بها.

يعتقد علماء من جامعة وسكونسن أنهم اكتشفوا سببا آخر ل حاجتنا للنوم، فهو يكشف من عملية إنتاج خلايا المنتجة لمادة النخاعين (Myelin) والتي تحمي خلايا الجهاز العصبي.

النتائج حتى الآن تم التوصل إليها عند الفئران، ويمكن أن تؤدي إلى فهم دور النوم في إصلاح الدماغ فضلاً عن علاقته بمرض التصلب العصبي المتعدد.

الباحثة كيارا تشيرييلي Chiara Cirelli وزملاؤها في فريق البحث خلصوا إلى أن معدل إنتاج الخلايا المساعدة في تكوين مادة النخاعين والخلايا الدبقية المسماة Oligodendrocytes يتضاعف حين تنام الفئران، هذا الارتفاع كان ملحوظاً أكثر حين كان النوم مقترنا بالأحلام. في المقابل، عند إجبار الفئران على البقاء مستيقظة يتم تنشيط المورثات المسئولة عن موت الخلايا وتلك المسئولة عن الإجهاد.

المصدر: <http://bbc.in/17CRklw>