

Đôi văn hào n c Anh đã hoàn toàn đúng khi cho r ng h ng th o có th c i thi n trí nh .

Cây h ng th o t lâu đã đ c cho là t t cho trí nh . Tài li u tham kh o n i ti ng nh t chính là tác ph m văn h c vĩ đ i Hamlet c a William Shakespeare. Ngày nay, nó v n đ c s d ng trong y h c th o đ c hi n đ i nh m t lo i thu c gi m đau nh , thu c ch a ch ng đau n a đ u và các v n đ tiêu hóa.



Các nhà nghiên c u m i đây c a m t nhóm các nhà tâm lý h c t i Đ i h c Northumbria, Newcastle, Anh đã phát hi n tinh d u t các lo i th o m c làm tăng c h i ghi nh nh ng vi c ph i làm trong t ng lai, tăng s t nh táo và tăng c ng trí nh .

Ti n sĩ Mark Moss, ng i đ ng đ u nhóm nghiên c u, v a trình bày nh ng phát hi n c a h t i h i ngh Hi p h i Tâm lý h c Anh th tr n Harrogate, h t North Yorkshire, Anh. Ông cho bi t: “L i ích c a h ng li u đã tr n nên rõ ràng thông qua nghiên c u khoa h c. Trong nghiên c u này, chúng tôi t p trung vào b nh t ng lai, bao g m kh năng ghi nh các s ki n s x y ra trong t ng lai và các nhi m v đã hoàn thành t i th i đi m c th . Đi u này r t quan tr ng đ i v i ho t đ ng hàng ngày”.

Tinh d u h ng th o đ c khu ch tán vào m t căn phòng trong 5 phút tr c khi m i ng i b c vào. 66 ng i đã tham gia vào nghiên c u và đ c phân ng u nhiên vào m t trong hai phòng: có h ng th o h c không.

Trong m i phòng, ng i tham gia ph i hoàn thành m t bài ki m tra đ c thi t k đ đánh giá ch c năng b nh t ng lai c a h . Bài ki m tra đ a ra các nhi m v và yêu c u ng i tham gia hoàn thành. Nh c nh càng nhi u, đi m s càng th p.

Các tình nguyện viên là nh ng ng i l n kh e m nh đã hoàn thành vi c đánh giá tâm tr ng c a h . Ng i tình nguyện đ c l y máu và phân tích n ng đ các h p ch t 1,8-cineole trong máu đ xem m c đ thay đ i tâm tr ng sau khi ti p xúc v i h ng th m.

H p ch t này cũng đ c tìm th y trong tinh d u cây h ng th o và ho t đ ng trong h th ng sinh hóa, là n n t ng cho b nh .

K t qu cho th y nh ng ng i tham gia trong phòng h ng th o th c hi n nhi m v t t h n nh ng ng i tham gia trong căn phòng không có h ng th m. Nhà nghiên c u Jemma McCready nói: "S khác bi t gi a hai nhóm là 60% - 75%. Nhóm ng i tinh d u hoàn thành 7 nhi m v và có trí nh t t h n nhóm còn l i v i 4 nhi m v hoàn thành".

K t qu t vi c phân tích máu cho th y m t l ng l n h n đáng k c a 1,8-cineole đã có m t trong huy t t ng c a nh ng ng i đã ng i mùi h ng th o.

Nghiên c u tr c đây cho bi t phân t d bay h i t các lo i tinh d u có th đ c h p th vào máu qua đ ng mũi. Các hóa ch t này cũng kích thích tr c ti p vào các dây th n kinh kh u giác và có th có tác đ ng đ n ch c năng não.

Nhà nghiên c u Jemma McCready cho bi t: “Nh ng phát hi n này có th có tác đ ng đ i v i vi c đ i u tr các cá nhân b khuy t t v trí nh . Nó h tr các nghiên c u tr c đây c a chúng tôi r ng mùi th m c a tinh d u h ng th o có th tăng c ng ch c năng nh n th c ng i l n kh e m nh, kéo dài kh năng ghi nh các s ki n và hoàn thành nhi m v trong t ng lai".

“Nh khi nào, đi đâu và vì lý do gì là n n t ng cho t t c m i th chúng tôi làm, và t t c chúng tôi đã tr i qua nh ng th t b i nh có th n n lòng và đôi khi nguy hi m. Nghiên c u thêm là c n thi t đ đ i u tra li u ph ng pháp đ i u tr này có h u đ ng cho ng i l n tu i h n có ti n s suy gi m trí nh không”, Jemma McCready nói thêm.

Theo Kien Thuc