

## Το λέιζερ βοηθά να ξεπεράσουμε το τζέτλαγκ

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



*Οι ερευνητές χρησιμοποίησαν οπτικά λέιζερ - λάμπες φωτός υψηλών αποδόσεων κατ' ευθείαν στο μάτι.*

Σύμφωνα με μελέτη που έγινε στο πανεπιστήμιο Vanderbilt στο Νάσβιλ του Τεννεσί, τα αποτελέσματα της οποίας δημοσιεύθηκαν στο Nature Neuroscience, τα συμπτώματα του τζετλάγκ μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά με τη βοήθεια της χρήσης οπτικών λέιζερ.

Οι επιστήμονες δοκίμασαν να αλλάξουν το χρονοδιάγραμμα μιας δραστηριότητας στον εγκέφαλο των ποντικών και ανακάλυψαν, ότι τα νυκτόβια ποντίκια που αντιμετωπίστηκαν με αυτόν τον τρόπο έγιναν πιο δραστήρια κατά τη διάρκεια της ημέρας, όταν συνήθως κοιμόντουσαν.

Οι ερευνητές χρησιμοποίησαν οπτικά λέιζερ - λάμπες φωτός υψηλών αποδόσεων κατ' ευθείαν στο μάτι. Όπως επισημαίνουν, τα λέιζερ αυτά μπορούν να αλλάξουν τη φυσιολογική αίσθηση ενός ανθρώπου σε διαφορετικές ώρες της ημέρας.

Πιστεύουν μάλιστα ότι με αυτό τον τρόπο είναι σε θέση να επηρεάσουν το εσωτερικό βιολογικό ρολόι του ανθρώπινου οργανισμού κάτι που θα βοηθούσε και στην ανακάλυψη νέων θεραπειών για άτομα με συναισθηματικές διαταραχές ή για άτομα που εργάζονται σε βάρδιες και αντιμετωπίζουν προβλήματα ομαλής

καθημερινότητας.

**Πηγή:** [naftemporiki.gr](http://naftemporiki.gr)