

## مشاكل دماغك علاجها في أمعائك



وفقاً لبحث جديد نشر مؤخراً، يمكن للإضطرابات الهضمية أن تؤثر سلباً أو إيجاباً على نشاط الدماغ، ما يعني أن أي مشكلة في الأمعاء يمكن أن تؤثر بشكل مباشر على الدماغ والعكس صحيح. وكشف مسح أدمغة على مجموعة من المشاركين تناولوا اللبن الغني بالبروبيوتيك لمدة 8 أسابيع تراجعاً في نشاط بعض المناطق الدماغية المرتبطة بالعاطفة، والمعرفية والحسية. ومن الغريب أن تؤثر البيئة الجرثومية في الأمعاء على العقل سواء بشكل سلبي أو إيجابي. وقالت مؤلفة الدراسة كرستين تيليشن: يؤثر البروبيوتيك على الجهاز المناعي ويفرز نواتج الأيض التي تعمل على التواصل مع الجهاز العصبي وتدخل مجرى الدم.