

## آخ گفتن می تواند درد را کاهش دهد

فریاد زدن در زمان آسیب دیدگی یک امر طبیعی و غیرقابل اجتناب است و اکنون دانشمندان توانسته اند دلیل آن را شناسایی کنند.

به گزارش سرویس پژوهشی ایسنا، دانشمندان دانشگاه ملی سنگاپور، داد زدن و آخ گفتن در زمان احساس درد را کمکی برای مقاومت در برابر آن دانسته اند.

نتایج پژوهش جدید نشان داده که تلاش برای گفتن واژه آخ با سفر پیام های درد به مغز تداخل دارد.

پژوهش های پیشین زیست شناسان نشان می داد، انسان به شکلی تکامل یافته تا فی المباداه فریاد زده و به دیگران در مورد خطر هشدار دهد؛ اما نتایج جدید حاکی از آن است که انسان در حقیقت برای پرت کردن حواس خود از احساس درد، فریاد می زند.

به گفته محققان، ابراز درد و رای زبان های مختلف به اشتراک گذاشته می شود. واژه «OW» در زبان انگلیسی، «Eina» در زبان آفریقایی، «Ahia» در زبان ایتالیایی، «Aiyō» در زبان چینی و «آخ» در زبان فارسی همگی بطور مشابهی به بیان درد می پردازند.

به گفته محققان دپارتمان های روانشناسی و علوم اعصاب دانشگاه ملی سنگاپور، صدای مشترک در میان همه این کلمات، صدایی است که دهان را باز و زبان را تخت می کند و لب ها به شکل غیر گرد می مانند.

این صدای ساده به کنترل تلفظ کمی نیاز داشته و همزمان بیشترین خروجی صدا را دارد؛ همچنین این صداها براحتی و بطور موثری در زمان احساس درد استفاده می شوند.

دانشمندان میزان زمانی را که داوطلبان می توانستند دستشان را در آب بسیار سرد و دردناک نگه دارند، آزمایش کردند.

در این پژوهش، 56 شرکت کننده اجازه یافتند تا در زمان احساس درد، آخ بگویند؛ سپس این آزمایش چهار بار دیگر بر روی داوطلبان انجام شد که باید در یکی از آن‌ها، ساکت می ماندند.

در یک آزمایش، داوطلبان می توانستند در زمان احساس درد بر روی یک دکمه فشار بیاورند، در آزمایش دیگر آنها صدای فریاد خود را پخش می کردند، در آزمایش بعدی صدای فریاد یک شخص دیگر پخش می شد و در آزمایش آخر باید تا زمان غیرقابل تحمل شدن درد، ساکت می ماندند.

نتایج نشان داد که شرکت کنندگان زمانی که اجازه فریاد زدن داشتند، مدت زمان بیشتری درد را تحمل می کردند؛ آن‌ها بطور میانگین 30 ثانیه درد را تحمل کردند که پنج ثانیه بیش از زمان ساکت ماندن آن‌ها در وقت احساس درد بود.

شنیدن صدای آخ گفتن، تاثیری در افزایش زمان تحمل درد نداشت.

اینکه دقیقا چه فرآیندی در زمان آخ گفتن رخ می دهد، مشخص نیست، اما محققان بر این گمانند که پیام‌های خودکار که به بخش صوتی مغز سفر می کنند، با پیام‌های درد تداخل دارند.

نتایج این پژوهش در مجله Pain منتشر شده است.