

美研究称“八卦”有益女性健康

女性朋友聚在一起“八卦”一下可不是件坏事。根据美国一项最新研究报告，经常和姐妹聊天，有助女性降低压力和焦虑，对身心健康都有益。

据“中央社”引述英国媒体的报道说，密西根大学负责这项研究的布朗教授(Stephanie Brown)指出，黄体素(Progesterone)在建立人际关系及促使女性更愿意协助他人方面，扮演重要角色，它可以使女性在助人过程中，愿意承担更多的风险。

布朗说，这类荷尔蒙有助降低压力和焦虑，研究结果证实，如果女性经常和姐妹聊天，可以增加体内黄体素，减压后心情更愉快，身体也更健康。

160位女学生参与这项研究，研究人员将她们分为两组，一组给予一些可以和其他女学生互动的社交问题，让她们有更多的互动和了解；另一组则安排一起对一份有关植物学的研究报告进行校正。

20分钟后，研究人员对所有女学生的唾液进行采样，以检测她们黄体素的数量变化。

研究发现，被安排聊天互动那组的女同学，黄体素维持不变或增加；但另一组女同学黄体素则下降。

布朗指出，了解生理机能与人类社会行为的关联性很重要，这些联结有助了解为什么密切的人际关系会使人更快乐、更健康，而且比离群索居的人活得更久。

这项研究结果公布在《荷尔蒙与行为研究》(*Hormones and Behavior*)期刊，是第一个证实聊天与八卦的确可以刺激分泌黄体素的研究。

[更多阅读](#)

[《荷尔蒙与行为研究》发表论文摘要\(英文\)](#)

[国外媒体相关报道\(英文\)](#)

[英调查发现：女人聊“八卦”时耳朵“最好使”](#)

[打印](#) [发E-mail给:](#) [GO](#)

以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。 [查看所有评论](#)
还没有评论。

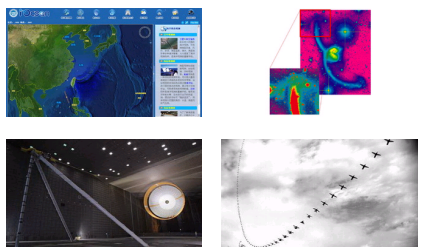
读后感言:

[发表评论](#)

相关新闻

- 1 女性30岁以后保持锻炼可降低患乳腺癌风险
- 2 英调查发现：女人聊“八卦”时耳朵“最好使”
- 3 美研究称：女性晚年更辛苦 更易受疾病困扰
- 4 干细胞或助赘肉转移 女性瘦身丰胸两不误
- 5 美研究发现：家里太乱，女人变胖
- 6 科学时报：聊天与录取 谈谈自主招生
- 7 美研究称：激吻可改变荷尔蒙水平
- 8 研究发现爱犬凝视主人能提高人体信任荷尔蒙

图片新闻



[>>更多](#)

一周新闻排行

- 1 英国2岁女孩智商高达160 堪比霍金
- 2 中国大学毕业生就业能力排行：清华居首上海交大第二
- 3 2009年度国家科技奖励初评通过项目公布
- 4 韩国“造假”科学家黄禹锡获科学奖项 引发争议
- 5 施一公：资深科学家要成群结队回来
- 6 《科学》：施一公小组发表大肠杆菌肠道毒性研究成果
- 7 《科学新闻》：中研院，那一年的选举
- 8 《科学新闻》专访张杰：上海交大的一流之路
- 9 《重庆大学学报》一篇论文被指抄袭
- 10 “没有最牛只有更牛”？华中师大论文抄袭事件引人深思

[更多>>](#)

编辑部推荐博文

- 关于出国留学的感慨—你在中国大学学什么？
- Bentham, 让我说你什么才好！
- 心情如洗
- 旧书经典之一：解析日本的高技术产业政策
- 科侠小说(1)—科研江湖的现状与发展趋势
- 科研“同志”们

[更多>>](#)

论坛推荐

- [注意]一起来Wiki
- [下载]【资源】气相色谱相关知识大全(强力贴)
- [下载]关于论文写作与发表的书
- 一本科研好书——Make the Right Moves: A Practical Guide to Scientific Management
- [下载]《矿床学》(袁见齐版,地质出版社)

▪ 《Writing from Start to Finish》

[更多>>](#)