

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Oksytocyna pomaga pokonać lęk



Zastosowanie oksytocyny (hormonu przywiązania) w terapii behawioralnej może przyczynić się do skuteczniejszego leczenia zaburzeń lękowych - wynika z badania opublikowanego w czasopiśmie „Biological Psychiatry”.

Naukowcy z Uniwersytetu w Bonn (Niemcy) oraz Uniwersytetu w Chengdu (Chiny) wykazali, że donosowa aplikacja oksytocyny wpływa na wyraźne osłabienie reakcji strachu pojawiającej się u osób badanych na skutek kontaktu z bodźcem lękowym. To odkrycie może przyczynić się do poprawy jakości leczenia pacjentów cierpiących na różne odmiany fobii.

W badaniu brało udział 62 zdrowych mężczyzn, którym prezentowano zdjęcia przedstawiające ludzkie twarze. Podczas oglądania niektórych fotografii badani doznawali wstrząsu elektrycznego. W ten sposób wytworzono u nich powiązanie pomiędzy konkretnymi bodźcami a nieprzyjemnym doświadczeniem bólowym, co spowodowało, że na sam widok określonych zdjęć uczestnicy eksperymentu zaczęli odczuwać lęk (oblewał ich zimny pot i uaktywniały się obszary mózgu odpowiedzialne za odczuwanie strachu).

Następnie przystąpiono do etapu nadpisywania wspomnień, czyli utrwalania nowych, pozytywnych doświadczeń w miejscu starego, wzbudzającego strach wspomnienia. Najpierw podzielono osoby badane na dwie grupy - jedną otrzymującą oksytocynę i drugą przyjmującą placebo. Potem kilkakrotnie pokazywano im te same zdjęcia (już bez wstrząsów), aby osłabić wyuczoną reakcję strachu.

Okazało się, że u osób znajdujących się pod wpływem oksytocyny pobudzenie rejonów mózgu powiązanych ze strachem (np. ciała migdałowatego) było znacznie mniejsze niż u pozostałych badanych. Nasilała się natomiast aktywność obszarów odpowiedzialnych za hamowanie strachu.

Chociaż z początku bodźce lękowe wywoływały u uczestników po oksytocynie większy strach, zaobserwowano, że owa reakcja szybko ulegała osłabieniu i po jakimś czasie okazywała się lepiej wytlumiona niż w grupie kontrolnej.

„Oksytocyna na wstępie wzmacnia świadome doświadczenia osób badanych, na przykład reakcję związaną z szokiem elektrycznym, ale już po kilku minutach właściwości przeciwlękowe hormonu przeważają” - mówi prof. René Hurlmann, jeden z badaczy.

Naukowcy uważają, że oksytocyna może odegrać ważną rolę w leczeniu zaburzeń lękowych, m.in. skrócić czas trwania terapii i zwiększyć jej efektywność.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22580.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

[Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy