

ПОЧЕМУ ИСКУССТВО ДЕЛАЕТ НАС СЧАСТЛИВЕЕ

Фото: © Freepik / AI-generated

ИСКУССТВО ЛЕЧИТ

Ученые **Венского университета** проанализировали почти 7 тыс. случаев взаимодействия с визуальным искусством и пришли к выводу: даже краткое созерцание картины улучшает психоэмоциональное состояние.

Выделено пять ключевых эффектов: эмоциональная регуляция, усиление внимания, социальная связь, лич-

ностная трансформация и рост стрессоустойчивости. Особенно сильно искусство влияет в больничной среде.

По словам исследовательницы **МакКензи Трапп**, искусство – не роскошь, а ресурс для психического здоровья. Оно не только отвлекает от тревог, но и помогает переосмыслить опыт, укрепить чувство идентичности и даже усилить уверенность в завтрашнем дне, пишет science.orf.at.

БЕЗ ЛИШНИХ СЛОВ

В венской клинике **Флоридсдорф** внедряется новая система коммуникации с пациентами, лишенными возможности говорить – будь то из-за инсульта, искусственной вентиляции легких или языкового барьера. Планшеты с пиктограммами, разработанные в **Техническом университете Вены**, помогают врачам

и медсестрам объяснять процедуры и получать обратную связь.

Система поддерживает **16 языков**. В будущем такие планшеты планируют установить у всех больничных коек. Программа работает как приложение и доступна на обычных мобильных устройствах. Кроме того, она может быть адаптирована под потребности разных отделений, пишет wien.orf.at.

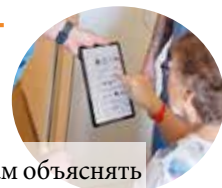


Фото: © Wiener Gesundheitsverbund / Agnes Schedl

ДВИЖЕНИЕ ПРОТИВ БОЛЕЗНИ ПАРКИНСОНА

Больная Паркинсона – одно из самых быстро распространяющихся неврологических заболеваний в мире. В Австрии от нее страдают около **20 тыс. человек**. Несмотря на успехи в разработке новых лекарств, **самой доступной и эффективной формой терапии остается движение**.

По данным **Университетской клиники неврологии в Граце**, физическая активность стимулирует выработку дофамина – гормона радости и движения, дефицит которого и вызыва-

ет симптомы болезни. Чем раньше начата терапия, тем выше шансы замедлить прогресс заболевания.

Даже **простая ходьба или езда на велосипеде способны значительно улучшить качество жизни пациентов**. Более того, новые исследования подтверждают: регулярные физические нагрузки оказывают защитный эффект уже на ранних стадиях заболевания, помогая дольше сохранять моторику и когнитивные функции.

Это делает движение не просто вспомогательным, а ключевым элементом комплексного подхода к терапии болезни Паркинсона, пишет steiermark.orf.at.



Фото: © pressfoto / Freepik



Фотом: © pressfoto / Freepik

ЭФФЕКТ ПЛАЦЕБО ДАЖЕ БЕЗ ОБМАНА

Психологи из Граца изучили **открытое плацебо** – когда человек осознанно принимает препарат, зная, что в нем нет активного вещества.

В одном из экспериментов детям с избыточным весом предлагали спрей с подкрашенной водой, и у них действительно снижался аппетит. Ученые объясняют это **реакцией организма на сам ритуал приема лекарства**.

Опрос 800 взрослых показал: треть родителей категорически против метода, треть – поддерживает, остальные сомневаются. Исследования подтверждают: при эмоциональных и поведенческих нарушениях эффект от открытого плацебо может быть выраженным, особенно **если человек верит в самоисцеление**.

Метод этичен – он не требует обмана, а нейрофизиологические данные показывают, что организм реагирует на «пустышку» почти так же, как на настоящее лекарство, сообщает www.uni-graz.at.

МУШКИ РАССКАЖУТ О ГОРОДЕ

Проjekt Vienna City Fly, инициированный Музеем естествознания **Вены**, объединил ученых и добровольцев для сбора 19 тыс. фруктовых мушек по всей столице. Его цель – изучить, как насекомые адаптируются к городской среде.

Выяснилось, что **популяции по районам почти идентичны** – это свидетельствует о высокой мо-



Фотом: © NHM Wien / C. Potter

бильности насекомых. Особенно интересен образец с **Главного вокзала**: его ДНК ближе к мушкам из Турции и Греции, что говорит о «путешествиях» **насекомых с людьми и грузами**. Таким образом города становятся биологическими узлами, где смешиваются фауны разных регионов.

Ученые надеются, что данные помогут понять влияние урбанизации на биоразнообразие. Проект обернулся социальным успехом – десятки венцев присоединились к нему, сделав его примером гражданской науки, сообщает orf.at.



Фотом: © wirestock / Freepik

«СВИНГУЮЩИЕ» ШИМПАНЗЕ

Исследование ученых из университетов **Вены, Сент-Эндрюса и Ла Сapiенца в Риме** показало: **шимпанзе обладают чувством ритма и используют его в общении**.

Наблюдая за 371 эпизодом «трюмелинга» в 11 сообществах шимпанзе по всей Африке, исследователи обнаружили, что эти приматы ударяют по корням деревьев с регулярными интервалами, создавая ритмичные звуки, слышимые на расстоянии более километра. У каждого шимпанзе – свой стиль, а у популяций – разные ритмические паттерны. Шимпанзе из Западной Африки чаще используют ровный, «часовой» ритм, из Восточной – более сложный и «свингующий».

Эти результаты дают основание полагать, что **способность к ритмическому выражению могла существовать у общего предка человека и шимпанзе более шести миллионов лет назад**, что делает музыку более древней, чем сам вид *Homo sapiens*, пишет <https://apnews.com>. ■

Др. Александра Шмидт-Трост

**русскоговорящий
ДЕТСКИЙ ВРАЧ**

10-летний стаж в неонатологии, дополнительная специализация по детской неврологии, эпилепсии и EEG. Частный кабинет (анализ крови) и визиты на дом

*Kinderpraxis
Wien West*

Тел.: 0680-1339559, 14 р-н Вены, Linzerstrasse 382 / I / 5
www.kinderpraxis-wien-west.at

**DR. SVITLANA POKORNIK
ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ**

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ
РЕСТАВРАЦИЯ •
КОРРЕКЦИЯ ПРИКУСА •
ИМПЛАНТАТЫ •
ПАРОДОНТАЛЬНОЕ
ЛЕЧЕНИЕ • ДЕТСКАЯ
СТОМАТОЛОГИЯ

Частная ординация:
Röggergasse, 32/1-3
1090 Wien
Тел. + 43 (0)699 131 27 147
www.dr-pokornik.at

ОА Dr.med.univ. Polina Lyatoshinskaya
врач-специалист акушер-гинеколог
кандидат медицинских наук

- Планирование и ведение беременности
- Ведение родов и послеродовая реабилитация
- Лечение климактерических и сексуальных расстройств, anti-age терапия
- Генетические консультации по раку молочной железы
- Эндовидеохирургия и пластические операции (Donauspital)

PRAXIS NOVUM-MED
Kagranner Platz 12
1220 Wien

+43 676 76 03 706
www.novum-med.at/russisch/
frauenarzt@novum-med.at