健康饮食或能预防犯罪行为

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/19477.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

健康饮食或能预防犯罪行为。肠脑心理学,是中国科学院心理研究所研究员金锋课题组提出的一个概念。短短5个字里，肠脑心的关系让人好奇。

近期，这个课题组在《国际临床心理学杂志》（International Journal of Clinical and Health Psychology，IJCHP）发表了一项有趣的研究，进一步证明肠道菌群可以影响大脑功能，进而影响心理健康。

而这种隐秘的关联，甚至可能与人的犯罪行为有关。

在这项研究中，科研人员招募了30名未被拘禁的受试者和31名在监狱中被拘留不超过一个月的服刑人员，后者被刑拘的原因主要是涉及暴力行为。

之所以选择刚刚进入看守所，还没有正式服刑的嫌犯，是为了排除监狱饮食和劳作规则改变服刑人员心理状态和肠道菌群的可能性。论文第一作者，中科院心理所段云峰博士向《中国科学报》解释。

他们采用肠道微生物基因测序技术和HuMiChip肠道微生物功能基因芯片技术，检测了服刑人员和对照人群的肠道菌群组成，同时检测了所有参与人员血液中五羟色胺、多巴胺等神经递质，以及硫化氢和血氨等物质的含量，并且对调查对象进行心理健康状况评测。

结果发现：与对照组相比，监狱服刑人员在焦虑和抑郁方面的得分明显更高。与此同时，服刑人员肠道菌群的α多样性指数和功能基因数量显著减少；服刑人员与对照组的肠道微生物组成有着显著不同。

进一步分析功能基因，显示监狱服刑人员肠道中的细菌中参与氨基酸、碳水化合物和维生素等辅因子代谢的功能基因明显较低，而参与产生神经递质的莽草酸途径的基因明显富集。

这些变化可能让服刑人员血液中五羟色胺和多巴氨水平明显升高，而众所周知这两种神经递质与一个人的情绪控制有非常重要的关联。

事实上，有95%的五羟色胺和50%的多巴胺都是由肠道微生物参与制造的，进而通过肠道神经网络影响大脑。段云峰说。

犯罪行为研究表明，监狱服刑人员非常容易受到焦虑和抑郁等不良心理状况的影响。大约70%以

上的犯罪人员患有两种或两种以上类型的精神障碍，其精神障碍发病率高于一般人群14倍。

因此，这项研究也提示人们，安全健康的饮食和正确的教育疏导可以对有暴力倾向和犯罪倾向的人进行提前干预。

我们常说人如其食——食物可以改变肠道微生物，肠道微生物掌控人类的消化系统，免疫系统，神经系统和内分泌系统，从而也间接控制人类和动物的行为。段云峰说，希望我们的研究能为焦虑、抑郁、冲动、暴力倾向等心理行为障碍的预知、筛查做点贡献，也为维护个体和社会的安宁稳定提供新的方向。（来源：中国科学报李晨阳）

相关论文信息：https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100323

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。
作者：段云峰等 来源：《国际临床心理学杂志》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发