新研究揭示人造光如何影响睡眠

作者：张晓茹 来源：新华社

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/3188.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！

新研究揭示人造光如何影响睡眠。夜间看手机、玩电脑常会影响睡眠。美国研究人员通过对眼睛视网膜的研究，揭示了人造光影响昼夜节律背后的生理机制。这一新发现有望用于治疗偏头痛、失眠等疾病。

美国索尔克生物研究所等机构研究人员在美国《细胞报告》杂志上发表论文说，在持续光照下，眼睛视网膜最内层的一些感光细胞会不断产生一种名为黑视素的蛋白质，告知大脑环境光水平，进而影响大脑对睡眠、意识等的调节。

研究发现，只要有光线存在，这些会产生黑视素的感光细胞就会作出反应，一些被称为抑制蛋白的蛋白质在上述过程中发挥了重要作用。在缺少特定抑制蛋白的小鼠中，产生黑视素的感光细胞无法在持续的光照下维持对光的敏感性。

该研究进一步揭示了眼睛如何对环境光作出反应，有助于更深入地了解人造光如何影响人体生物钟，进而为治疗偏头痛、睡眠节律紊乱等疾病提供新思路。(来源：新华社 张晓茹)

相关论文信息：DOI:https://doi.org/10.1016/j.celrep.2018.11.008

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