

## ขอบเขตสื่อแฟนไม่ใช้โรจิต! วิจัยเผย กลิ่นคนรักช่วยลดความเครียดได้



ผู้หญิงหลายคนเวลาที่ต้องห่างจากคนรัก เป็นเรื่องปกติที่ความคิดถึงเข้าครอบงำ ยิ่งถ้าปกติแล้วคุณใช้เวลาอยู่ด้วยกันแทบตลอดเวลา ยิ่งทำให้โหยหากันและกันมากขึ้น วิธีบรรเทาความคิดถึงเชื่อว่าหลายคนมักจะหยิบข้าวของของแฟนมากอด มาหอม มาดม... สิ่งเหล่านี้อาจทำให้คุณตั้งคำถามกับตัวเองว่า 'โรจิต' หรือเปล่า? ขอบอกเลยว่าสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่พฤติกรรมที่แปลกอะไร ให้รู้ไว้เลยว่าการดมกลิ่นคนรักไม่ว่าจะจากเสื้อ หรือจากผ้าห่ม มีส่วนช่วยให้คุณคลายเครียดได้!

การศึกษาจากมหาวิทยาลัยบริติชโคลัมเบีย ในประเทศแคนาดา ได้ออกมาพูดถึงประเด็นที่คนมักตั้งคำถามว่า เพราะอะไรผู้หญิงถึงชอบใส่ชุดของแฟนตัวเอง รวมถึงชอบดมกลิ่นที่ติดอยู่บนเสื้อตัวโปรดของแฟน เป็นเพราะกลิ่นคนรักมีความเกี่ยวข้องกับการบรรเทาความเครียดนั่นเอง

โดยงานวิจัยนี้ได้ถูกตีพิมพ์ในวารสาร Journal of Personality and Social Psychology นักวิจัยได้ทำงานร่วมกับคู่รักต่างเพศ 98 คู่ ฝ่ายผู้ชายต้องสวมเสื้อยืดที่สะอาดเป็นเวลา 1 วัน และห้ามใช้ผลิตภัณฑ์ระงับกลิ่นกายหรือเครื่องสำอางที่มีกลิ่นหอม ห้ามสูบบุหรี่ หรือรับประทานอาหารที่อาจส่งผลกระทบต่อกลิ่นกาย หลังจากผ่านไป 24 ชั่วโมง เสื้อยืดของผู้ชายเหล่านั้นจะถูกแช่แข็งเพื่อให้แน่ใจว่ากลิ่นของเสื้อยังคงอยู่

ในส่วนหนึ่งของการทดลอง ผู้หญิงจะถูกขอให้สูดดมกลิ่นทั้งเสื้อที่ไม่เคยใส่มาก่อน เสื้อที่คนรักเคยใส่ หรือเสื้อที่คนแปลกหน้าใส่ โดยไม่มีผู้หญิงคนไหนรู้ว่าพวกเธอจะได้ดมเสื้อของใคร

นอกจากนี้ เพื่อเพิ่มระดับความเครียดของผู้หญิง พวกเธอยังถูกจำลองสถานการณ์การสัมภาษณ์งาน และให้แก้ปัญหาทางคณิตศาสตร์ เพื่อใช้ในการวัดระดับความเครียดที่แท้จริง พร้อมมีการวัดความเข้มข้นของคอร์ติซอล ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่หลั่งออกมาเมื่อเราเผชิญกับปัจจัยความเครียดต่าง ๆ ด้วย ผลการศึกษาที่ทีมวิจัยพบว่าผู้หญิงที่ดมกลิ่นเสื้อยืดที่คนรักตัวเองสวมใส่มีระดับความเครียดที่ต่ำกว่าทั้งก่อนการทดสอบความเครียด ( การคาดหวังความเครียด) และผลที่ตามมา ( การฟื้นตัวของความเครียด)

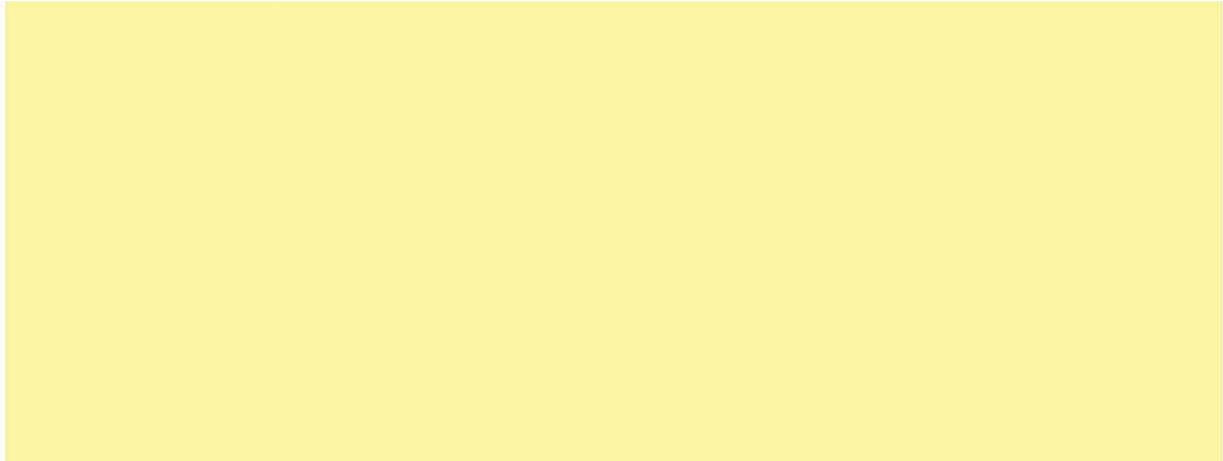
ยิ่งไปกว่านั้น ผู้หญิงที่ระบุได้ว่าเสื้อตัวนี้ถูกใส่โดยคนรักของตัวเองอย่างถูกต้องนั้น ยังมีระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลที่ต่ำกว่าอีกด้วย โดยนักวิทยาศาสตร์อธิบายว่าสิ่งนี้อาจชี้ให้เห็นว่าความสัมพันธ์ของกลิ่นกับภาพลักษณ์ของคู่รักที่โรแมนติกมีผลเรื่องการผ่อนคลายมากขึ้น

ในขณะเดียวกัน ผู้หญิงที่ต้องดมเสื้อของคนแปลกหน้าจะมีระดับฮอร์โมนความเครียดเพิ่มขึ้น ซึ่งทำให้ทีมวิจัยตั้งสมมติฐานว่าทั้งหมดอาจขึ้นอยู่กับกลไกการ

ปกป้องตัวเองที่สร้างขึ้นเองของเรา เนื่องจากตั้งแต่อายุยังน้อย มนุษย์มักกลัวคนแปลกหน้า โดยเฉพาะผู้ชายแปลก ๆ ดังนั้นจึงเป็นไปได้ที่กลิ่นผู้ชายแปลกหน้า จะกระตุ้นการตอบสนองแบบ 'สู้หรือหนี' ซึ่งนำไปสู่ระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลที่เพิ่มขึ้น ผลการศึกษาที่ทีมวิจัยพบว่าผู้หญิงที่ดมกลิ่นเสื้อยืดที่คนรักตัวเองสวมใส่มีระดับความเครียดที่ต่ำกว่าทั้งก่อนการทดสอบความเครียด ( การคาดหวังความเครียด) และผลที่ตามมา ( การฟื้นตัวของความเครียด)

ยิ่งไปกว่านั้น ผู้หญิงที่ระบุได้ว่าเสื้อตัวนี้ถูกใส่โดยคนรักของตัวเองอย่างถูกต้องนั้น ยังมีระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลที่ต่ำกว่าอีกด้วย โดยนักวิทยาศาสตร์อธิบายว่าสิ่งนี้อาจชี้ให้เห็นว่าความสัมพันธ์ของกลิ่นกับภาพลักษณ์ของคู่รักที่โรแมนติกมีผลเรื่องการผ่อนคลายมากขึ้น

ในขณะเดียวกัน ผู้หญิงที่ต้องดมเสื้อของคนแปลกหน้าจะมีระดับฮอร์โมนความเครียดเพิ่มขึ้น ซึ่งทำให้ทีมวิจัยตั้งสมมติฐานว่าทั้งหมดอาจขึ้นอยู่กับกลไกการปกป้องตัวเองที่สร้างขึ้นเองของเรา เนื่องจากตั้งแต่อายุยังน้อย มนุษย์มักกลัวคนแปลกหน้า โดยเฉพาะผู้ชายแปลก ๆ ดังนั้นจึงเป็นไปได้ที่กลิ่นผู้ชายแปลกหน้า จะกระตุ้นการตอบสนองแบบ 'สู้หรือหนี' ซึ่งนำไปสู่ระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลที่เพิ่มขึ้น



ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.bearfal.com/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน  
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๑๖๒/ชธ๕๖**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ) นางสาว กนกอร ศักดาเดช

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

