

Føler vi med tarmen?

Forskere har funnet ut at vi kan bli både triste og glade av bakteriene i tarmen.

AV VERA MICAELSEN | PUBLISERT 28. AUG. 2017 | OPPDATERT 24. JAN. 2020

Alt vi spiser og drikker, glir ned i magesekken. Der blandes det med magesyre, og så sendes det videre gjennom tarm. Tarmen ligger som en lang, krøllete pølse inni oss. I tarmen blir maten knadd og blandet sånn at kroppen kan suge til det den har bruk for.

Tarmen er mange meter lang, og den har utrolig mange nerver i forhold til andre organer i kroppen. Det er bare ett ar organ som har like mange nerver, nemlig hjernen. Forskere har undersøkt hvordan nervene i tarmen reagerer på tarmbakteriene, og hvordan det igjen påvirker humøret vårt.

Tøntgenbilde av tarmene inne i et menneske

I tarmen fins det millioner av bakterier. De aller fleste er nyttige og hjelper kroppen med å fordøye maten og holde seg frisk. Foto: Shutterstock.

Gode tarmbakterier

For å finne ut av det har de eksperimentert på mus. Musene ble plassert i et kar med vann. De rakk ikke ned til bunne og måtte svømme for ikke å drukne. Musene som hadde gode tarmbakterier orket mer og svømte lenger enn de som ikke hadde de samme bakteriene. De var faktisk mer optimistiske og ga ikke opp så lett.

Snakker med følelsene

Forskerne har også undersøkt hvordan tarmen snakker med følelsene våre. De gjorde flere eksperimenter hvor de kl av den viktigste nerven som sender beskjeder mellom tarmen og hjernen. Da oppdaget de at humøret hos musene ik forandret seg selv om de fikk gode tarmbakterier. Men hos de musene hvor nerven virket, ble humøret endret av tarmbakteriene. Da forstod forskerne at tarmen har mye å si for hvordan vi føler oss. Derfor lurer forskerne på om tarmbakterier kan bety noe for hvordan vi utvikler depresjoner og angst, og det skal de forske videre på.

MAT OG HELSE MENNESKEKROPPEN FØLELSER

Meldinger ved utskriftstidspunkt 4. april 2025, kl. 15.19 CEST

Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.