

Tin Harvard - Tạp chí Current Biology đưa tin một nhóm các nhà khoa học làm việc tại Trung tâm Y khoa Harvard tại tiểu bang Massachusetts,

trong đó có tiến sĩ giáo sư Vũ Thiên Thanh và công bố một nghiên cứu quan trọng về giấc ngủ của con người.



Công trình này nghiên cứu về nguyên nhân tại sao một số người và một số người khác có thể ngủ bất chấp tiếng ồn xung quanh, trong khi những người khác cần một tiếng động nhẹ cũng thức giấc.

Các chuyên gia cho biết họ đã phát hiện ra rằng sóng não vào ban đêm quyết định việc một người có thức giấc khi có tiếng động hay không. Người có tần số càng thấp thì càng dễ bị thức giấc.

Theo tiến sĩ Thanh, công trình này nhằm tìm ra cách cho hoạt động của não để tăng khả năng ngủ ngon giấc, dù trong môi trường ngủ nhiễu loạn và giúp dự đoán người nào nhạy cảm với

tiếp ngủ đến khi ngủ.

Các nhà khoa học đã nghiên cứu 12 người đi ngủ từ 20 đến 40 trong 3 đêm liên tiếp ở phòng thí nghiệm của Bệnh viện Đa khoa Massachusetts. Đêm đầu tiên yên tĩnh, hai và ba, họ được đặt trong môi trường có nhiễu loạn tiếng ồn khác nhau như tiếng nói chuyện, âm thanh các máy móc y tế, tiếng ồn của máy bay. Các chứng tỏ cho thấy rằng người này có tần số sóng não tăng dần trong cả ba đêm, nhưng trong các đêm có tiếng ồn như người có tần số cao hơn ít bất thường giấc ngủ so với người ngủ yên còn lại.

Kết quả này cho thấy có khả năng giúp con người ít bị ảnh hưởng hơn bởi tiếng ồn khi ngủ bằng cách kích hoạt não tạo ra nhiễu xung quanh hơn thay vì tìm cách bắt tai.

Đình Vũ Thiên Thanh sinh năm 1980 tại Việt Nam và lớn lên tại Bỉ. Năm 2004, anh đã xuất sắc tốt nghiệp Y khoa học tại Đại học Liege ở Bỉ quốc. Anh tốt nghiệp tiến sĩ chuyên ngành giấc ngủ năm 2008 và trở thành một trong những nhà khoa học tiên phong trong lĩnh vực nghiên cứu não bộ con người.

Hiện Đình Vũ Thiên Thanh đang theo chương trình nghiên cứu sau tiến sĩ tại Đại học Harvard và làm việc tại khoa Thận kinh của Bệnh viện Đa khoa Massachusetts. Anh đã giành được nhiều giải thưởng và nghiên cứu chuyên ngành thận kinh học và y học giấc ngủ của châu Âu và Mỹ. (SBTN)