

Vaš mozak na kafi, vinu i kanabisu

Naslov originala: Your Brain on Coffee, Wine, and Cannabis

Izvor: <https://winefolly.com/>



Objavljeno: 14.05.2018. by Madeline Puckette

Prevod: Dragutin Mijatović



Kafa, Vino, Kanabis. Snimljeno u Seattle, WA

Šta volite kafu, vino i kanabis?

Smješan, ali realan, pogled na mentalne efekte triju najogovaranijih supstanci na svijetu.

Onaj koji pije kafu će objasniti suštinu obavljanja posla.

Ljubitelj vina će vas oduševiti važnošću zdravlja i dugovječnosti.

Korisnik kanabisa će veličati blagodati osjećaja sreće na normalnoj osnovi.

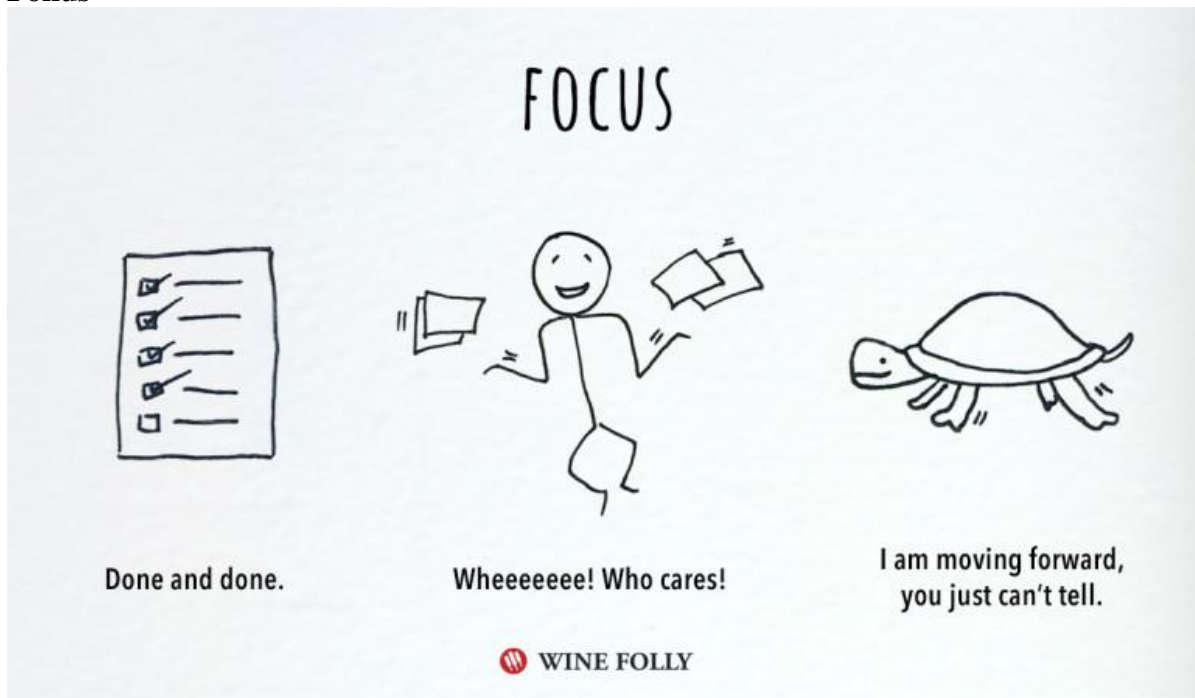


Kafa. Kofein u kafi ima hemijsku strukturu koja je veoma slična hemijskoj supstanci u našem mozgu koja se naziva **adenozin**, što nas čini pospanim. Dakle, kada pijemo kafu, kofein se veže za adenzin (pomisli na to kao na slagalice koje se uklapaju zajedno) čineći ga otpornim na vezivanje sa receptorima u našem mozgu. Osećamo se budnim! Što više kave pijemo, to više adenzina naše tijelo gradi do normalizacije.
Drži: oko 6 sati

Vino. Alkohol u vinu je hemikalija koja stimulira dio vašeg mozga koji se često naziva "primitivnim mozgom" (**hipotalamus**). Ovaj dio vašeg mozga kontrolira naše "jednostavne" funkcije kao što su glad, temperatura tijela, strah, majčinstvo (kod žena) i potreba za seksom. Dakle, ako se iznenada nađete gladni, znojni i neustrašivo željni fizičke pažnje ... pa, možda je to razlog. Naravno, ako pijemo previše, alkohol je otrovan i naša tijela će se "ugasiti" da bi ga metaboliziralo.
Drži: 1 sat (za 1 piće)

Kanabis. **THC** u kanabisu je hemikalija koja deluje na sve hemijske poruke (neurotransmiteri) koje se šalju u vašem mozgu. Ukratko, to usporava sistem za razmjenu poruka vašeg mozga koji ima nekoliko efekata. Jedna od prednosti je što ostavlja vaš sistem nagrađivanja i motivacije (nucleus accumbens), tako da ćete se osjećati euforično i pozitivno. S druge strane, možemo postati paranoični ili prezasiti, jer THC usporava našu sposobnost da damo dobre informacije centru za strah/glad u našem mozgu (hipotalamus).
Drži: 36 sati

Fokus



Da li ste se nadali da ćete nešto uraditi?

Emocije



Vreme je za vožnju toboganom!

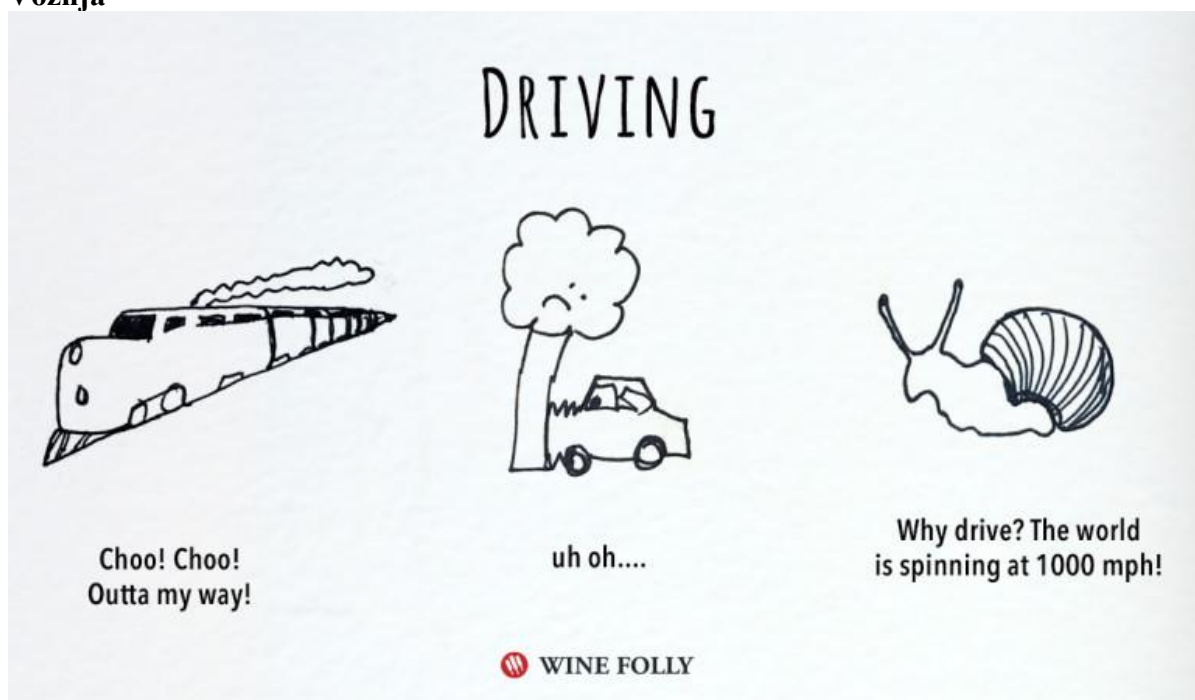
„Svima nama treba nešto da nam pomogne da se opustimo na kraju dana. Možda imate čašu vina, ili cigaretu marihuane, ili ukusnu grudvicu heroina da biste ušutkali vašu glupu “kutiju za pamćenje” i njene napetosti, ali mora postojati neki oblik interpunkcije, ili život samo izgleda potpuno neumoljiv.

Svijest



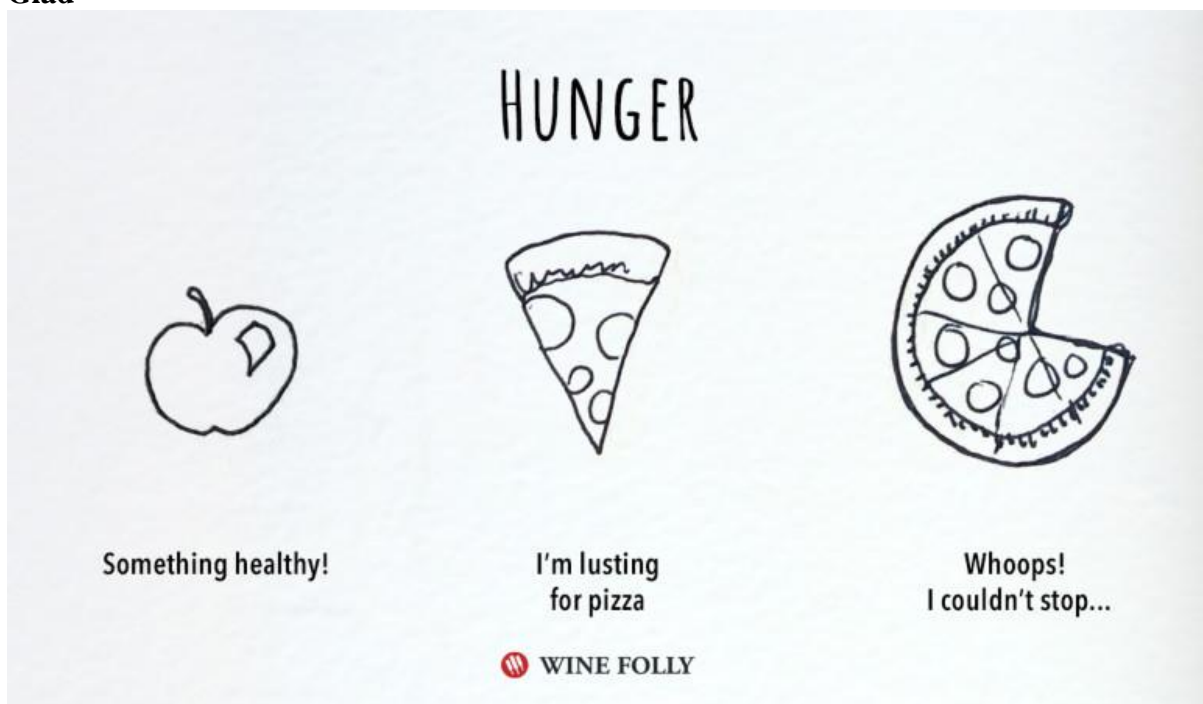
Jeste li ijednom gledali preko ramena dok ste gledali ovo? Šanse su da ste popili malo kafe.

Vožnja



Vrijeme je da nabavimo Uber.

Glad



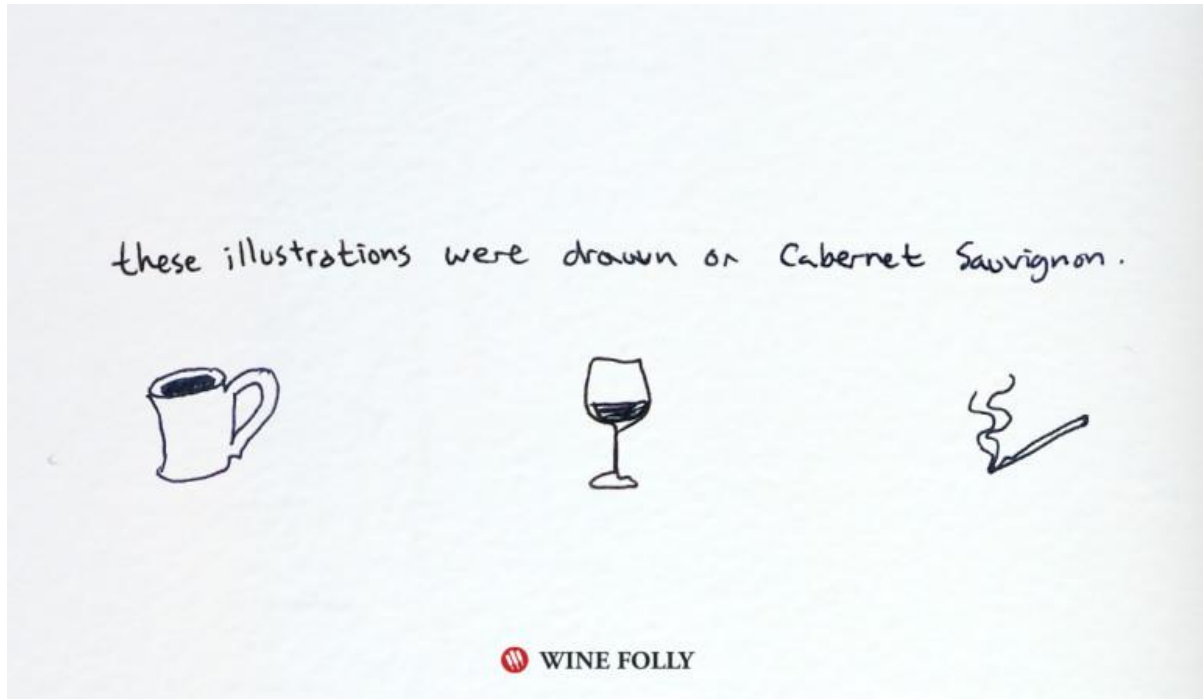
Srećom za nas ljubitelje vina, hrana ide dobro sa vinom.

Seks



Da molim.

Kreativnost



Ovaj članak je nastao pod uticajem vina. Kao i čitava ova web stranica.

Ne uzimajte naše riječi zdravo za gotovo, radite vlastita istraživanja. Ovo su primarni **izvori** koji su korišteni za kreiranje ovog članka.

Your brain on caffeine. cnet

Science of marijuana. scholastic

Legalize it. psychology today medical marijuana and the mind

Caffeine, mental health, and psychiatric disorders. pub med

Caffeine diet and memory. harvard health

Alcohol, the full story. harvard health

Can moderate drinking promote longevity. harvard health