

Британские ученые обрадовали новым открытием: они доказали, что прослушивание любимой музыки улучшает состав крови человека. И в целом положительно влияет на состояние всей кровеносной системы, пишет "Комсомольская правда" в Украине".



Ученые наблюдали за несколькими сотнями мужчин и женщин в возрасте до 36 лет. При прослушивании любимой музыки кровеносные сосуды в предплечьях расширились почти на 26 процентов.

А в крови повысилась концентрация окиси азота. Именно это сочетание, говорят ученые, предотвращает появление холестериновых бляшек и образование тромбов.

Неудивительно, что сам процесс воздействия музыки на кровь длится всего несколько секунд. При этом положительный эффект, вызванный любимыми звуками - довольно длительный.

Но кроме хорошего влияния на кровь, прослушивание не столько любимой, сколько позитивной музыки, повышает выносливость и работоспособность. Кроме того, британские ученые пришли к выводам: качества позитивной музыки имеют композиции Red Hot Chili Peppers, Queen и Мадонны.