Con người thực sự có giác quan thứ 6

(Dân trí) - 5 giác quan bình thường ai cũng cảm nhận được là sờ, nhìn, nghe, ngửi, nếm. Giác quan thứ 6 thường được coi là bí ẩn, bán tín bán nghi và đi cùng vấn đề tâm linh.



Hầu hết mọi người đều quen thuộc với 5 giác quan: xúc giác, thị giác, thính giác, vị giác và khứu giác, nhưng không phải ai cũng biết chúng ta còn có một giác quan nữa là nội cảm thụ.

Nội cảm thụ là cảm giác về trạng thái bên trong của cơ thể. Nó giúp chúng ta cảm nhận và truyền tải các tín hiệu bên trong để điều chỉnh các chức năng quan trọng của cơ thể như là đói, khát, nhiệt độ cơ thể và nhịp tim.

Mặc dù chúng ta không để ý nhiều đến nó, nhưng nội cảm thụ là một giác quan vô cùng quan trọng vì nó đảm bảo cho tất cả các bộ phận trong cơ thể hoạt động tốt. Nội cảm thụ báo hiệu cho chúng ta khi cơ thể mất cân bằng, ví dụ như khiến chúng ta đi lấy nước uống khi cảm thấy khát hoặc bảo chúng ta cởi bớt áo khi cảm thấy nóng.

Nội cảm thụ cũng rất quan trọng với sức khỏe tâm thần. Đó là vì nó có một vai trò nhất định trong nhiều quá trình diễn biến tâm lý, trong đó có việc ra quyết định, năng lực xã hội và sức khỏe tinh thần.

Khi nội cảm thụ bị ngưng trệ, chúng ta có thể rơi vào tình trạng sức khỏe tinh thần sa sút, ví dụ như trầm cảm, lo lắng và rối loạn ăn uống, rối loạn giấc ngủ hoặc mệt mỏi toàn thân.

Nghiên cứu cũng cho thấy nội cảm thụ ở nam và nữ khác nhau. Điều này góp phần giải thích vì sao phụ nữ dễ mắc các vấn đề về sức khỏe tâm thần (ví dụ như lo lắng và buồn bã) nhiều hơn nam giới. Một số nghiên cứu cũng lý giải điều này là do di truyền, hormone, tính cách và mức độ tiếp xúc với các tình huống căng thẳng hoặc những hoàn cảnh khó khăn khi còn nhỏ.

Hiểu được nguyên nhân dẫn đến nội cảm thụ ở nam và nữ khác nhau cũng giúp các chuyên gia y tế tìm ra cách điều trị bệnh tâm thần phù hợp hơn cho mỗi đối tượng.



Mặc dù chúng ta biết cảm nhận của nam và nữ khác nhau, nhưng chúng ta vẫn chưa biết vì sao lại như vậy. Các nhà nghiên cứu cho rằng có một số lý do, chẳng hạn như sự thay đổi rõ rệt về sinh lý và nội tiết tố ở nam và nữ khác nhau, hay số lượng người nam và nữ được dạy cách suy nghĩ và xử lý về cảm xúc hoặc về các tín hiệu nội cảm thụ, chẳng hạn như khi thấy đau thì nên làm gì.

Như vậy, giác quan thứ 6 là có thật, và ở góc độ nghiên cứu y khoa, hiểu biết về những yếu tố ảnh hưởng đến nội cảm thụ sẽ giúp các chuyên gia đưa ra các phương pháp điều trị tốt hơn đối với các vấn đề về sức khỏe tâm thần.

Theo ScienAlert