

ГБОУ ВПО Уральский государственный университет

Кафедра биохимии

Почему солнце радость приносит?

Выполнила: Баркова Т.В.,

Студентка ОЛД - 214

- 
- *О, Бог мой, как же стало больно*
 - *дышать так под покровом темным*
 - *но лучик света в душу вольно*
 - *проник и шаром стал огромным...*



Хорошее настроение – залог отличного самочувствия и высокой трудоспособности. Наше настроение – это сумма многих факторов, одним из которых, безусловно, является солнечный свет.

Романтика Белых ночей

Жители северных регионов нашей страны большую часть года живут в условиях Полярной ночи. Такие условия не лучшим образом сказываются на самочувствии этих людей.



Природный антидепрессант

- Главным «виновником» перемен в нашем настроении является известный нейромедиатор проводящих путей серотонин. **Под действием солнечного света он синтезируется в ЦНС из 5-гидрокситриптофана.**







