

Абрамова, Татьяна Прикоснитесь к любимому / Т. Мбрамова. // 60 лет – не возраст. – 2020. - № 10. – С. 5-9.



Стремление к нежному прикосновению – не просто привычка или следование традициям. Ученые выяснили, что дружеские тактильные прикосновения необходимы, особенно пожилым людям, которые буквально физически заболевают в отсутствие любви и ласки. Прикосновения способствуют выработке в организме особо биоактивных веществ, повышающих иммунитет и противодействующих депрессии, в частности окситоцина, который называют гормоном радости.

О том, чем еще полезны тактильные контакты, читайте в статье Татьяны Обрамовой «Прикоснитесь к любимому» в журнале «60 лет – не возраст».