

Onthouden van dromen gestuurd door specifiek hersengebied

Wetenschappers hebben ontdekt dat activiteit in een specifiek hersengebied leidt tot het onthouden van dromen.

Het gaat om de zogenoemde temporopariëtale junctie, een hersengebied achterin het brein. Mensen die 's ochtends relatief veel dromen kunnen herinneren, vertonen een verhoogde activiteit in dit hersendeel. Dat melden Franse onderzoekers in het wetenschappelijk tijdschrift *Neuropsychopharmacology*.



Bewust

De wetenschappers brachten bij hun onderzoek de hersenactiviteit in kaart bij 41 proefpersonen. De helft van de deelnemers stond te boek als 'bewuste dromers'.

Deze mensen hadden op vragenlijsten aangegeven dat ze zich gemiddeld op vijf ochtenden per week nog konden herinneren wat ze die nacht hadden gedroomd.

De overige proefpersonen herinnerden zich gemiddeld slechts twee dromen per maand.

Prikkels

Uit het onderzoek bleek dat de temporopariëtale junctie bij de bewuste dromers zowel overdag als 's nachts veel actiever was, dan bij de andere proefpersonen.

De temporopariëtale junctie is betrokken bij het verwerken van externe prikkels.

Het gebied komt met name in actie als mensen worden afgeleid, bijvoorbeeld tijdens het slapen.

Uit eerder onderzoek is dan ook gebleken dat bewuste dromers 's nachts relatief vaak even wakker worden tijdens het slapen.

"Deze nieuwe bevinding verklaart waarom bewuste dromers meestal gevoeliger zijn voor externe stimuli", verklaart hoofdonderzoekster Perrine Ruby op nieuwssite [ScienceDaily](https://www.sciencedaily.com). "Waarschijnlijk is het slapende brein niet in staat om nieuwe informatie te onthouden en moeten we even wakker worden om dat te doen."

Droomproductie

De grote vraag is nog of mensen die zich veel dromen herinneren ook meer dromen produceren.

"Onze resultaten sluiten dat niet uit", aldus Ruby.

"Het is zeker mogelijk dat bewuste dromers ook een groter aantal dromen hebben 's nachts. Maar dat moet nader worden onderzocht."

Bron: <http://www.nu.nl/wetenschap/3705494/onthouden-van-dromen-gestuurd-specifiek-hersengebied.html>