

Гормональная контрацепция может влиять не только на тело, но и на память и эмоции

Дата публикации: 08.09.2025

Гормональная контрацепция стала частью повседневной жизни миллионов женщин во всём мире. Только в США более 60 миллионов женщин репродуктивного возраста используют те или иные методы предотвращения беременности. Помимо основной функции, противозачаточные средства применяются для лечения эндометриоза, синдрома поликистозных яичников и нормализации менструальных циклов. Но новые исследования всё чаще показывают, что влияние этих препаратов выходит далеко за пределы физиологии.

Учёные из Университета Райса установили, что гормональная контрацепция может изменять восприятие эмоций и то, как женщины запоминают эмоциональный опыт. В исследовании, опубликованном в журнале *Hormones and Behavior*, сравнивались женщины, принимающие гормональные препараты, и женщины с естественным циклом. Испытуемым демонстрировали изображения с позитивной, негативной и нейтральной окраской, а также предлагали применять различные стратегии регуляции эмоций: дистанцирование, переосмысление или полное погружение. После этого участницы проходили тесты на память.

Результаты показали, что женщины, принимающие гормональные контрацептивы, реагировали на эмоциональные стимулы более ярко. При использовании стратегий дистанцирования или переосмысления они хуже запоминали детали негативных событий, хотя сами события фиксировались в памяти. Таким образом, воспоминание сохранялось, но без излишней детализации. Это может играть защитную роль, позволяя психике снижать негативное воздействие неприятного опыта. При этом позитивные образы, особенно при стратегии полного погружения, запоминались лучше у обеих групп.

Подобные данные важны, потому что механизмы регуляции эмоций и работы памяти напрямую связаны с психическим здоровьем, включая депрессию и тревожные расстройства. Если гормональная контрацепция действительно влияет на эти процессы, это означает, что её воздействие затрагивает не только физиологию, но и когнитивно-эмоциональную сферу.

Исследование также подтверждает наблюдения многих женщин, которые отмечают изменения настроения и эмоциональной устойчивости при

использовании контрацептивов. Теперь эти субъективные впечатления получили подтверждение в лабораторных условиях.

Учёные планируют расширить исследования, включив в них разные фазы естественного менструального цикла и сравнение различных видов гормональной контрацепции, включая таблетки и внутриматочные системы. В будущем это позволит более точно понять, как именно синтетические и природные гормоны формируют эмоциональные реакции, влияют на память и психическое благополучие.

Главная цель таких работ — помочь женщинам принимать более осознанные решения в отношении репродуктивного и психологического здоровья. Понимание того, что гормональные препараты могут влиять не только на способность контролировать фертильность, но и на когнитивные процессы, становится важным шагом к комплексному взгляду на женскую физиологию и психику.

Ссылка: «Стратегии регуляции эмоций по-разному влияют на память у женщин, принимающих гормональные контрацептивы» [DOI: 10.1016/j.yhbeh.2025.105805](https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2025.105805).