

迷幻蘑菇

陳妍安、胡道進、鄭祐涵、黃安瑜
佛光大學心理學系



迷幻蘑菇是什麼

迷幻蘑菇又稱為裸蓋菇，是一種含有賽洛西賓（裸蓋菇鹼）以及脫磷酸裸蓋菇素等致幻物質的菌類。目前最常見的種類有裸蓋菇與蓋狀菇兩種菇類。



迷幻蘑菇的歷史

西班牙與阿爾及利亞壁畫顯示人類早已與迷幻植物有接觸



阿爾及利亞



西班牙

埃及人相信菇與神之間有特別的連結，野生菇是「眾神的兒子們」，透過閃電送到地球上，只有法老才能食用，食用這些菇才能夠得到神所給予的知識與力量，祭司也會服用這些迷幻藥草來做預言、解讀看到的影像與療癒。

在阿茲特克時期，這些迷幻的藥草非常地盛行，但是只有祭司、貴族及來訪的貴賓才能夠服用。

在吃菇之前，參與者必須要先行禁食，菇送上來之後，當晚只喝巧克力，菇配著蜂蜜服用。

1950s	-阿爾伯特·霍夫曼從墨西哥裸蓋菇提取賽洛西賓
1960s	-哈佛大學的研究與靈性探索、反文化運動結合 -法規開始限制研究與使用
1970s-2000s	-青年開始栽種與娛樂性使用
2010s後	-研究發現Psilocybin可影響人格 -現代心理學與靈性成長重新評估其價值

迷幻蘑菇的作用機制

神經傳導

轉化過程

裸蓋菇素進入體內後，會被迅速代謝為其活性形式——Psilocin

受體作用

裸蓋菇胺主要作用於大腦中的 5-HT_{2A} 血清素受體，特別是在前額葉皮質區域。這種作用會導致神經元活動的去同步化，增加神經活動的熵值，進而改變感知、情緒和自我意識等心理狀態。

大腦連結性

裸蓋菇素會降低大腦內部網絡的整合性，使得平時高度整合的區域變得較為分離，這可能有助於打破固有的負面思維模式。

裸蓋菇素對大腦連結性的影響可能持續數週，這可能與其在治療憂鬱症等精神疾病中的持久療效有關。

迷幻蘑菇的效果

感官變化

視覺與聽覺幻覺

使用迷幻蘑菇後，使用者常報告出現視覺與聽覺的幻覺，例如看到色彩斑斕的圖案或聽到非實際存在的聲音。

時間感知扭曲

Psilocybin 會影響使用者對時間的感知，使得時間似乎變慢或加快，這可能與其對大腦中血清素受體的作用有關。

情緒影響

情緒高漲

Psilocybin 可引發強烈的情緒體驗，包括欣快感、愛的感覺或深度的自我反思。

焦慮與恐懼

在某些情況下，使用者可能會經歷焦慮或恐懼感，特別是在不熟悉或不安全的環境中。

神經影響

研究發現，Psilocybin 可減少杏仁核對負面情緒刺激的反應，這可能有助於其抗憂鬱的效果。

生理反應

瞳孔放大

Psilocybin會導致瞳孔擴大，這是其對自主神經系統影響的表現之一。

心跳加快與血壓升高

使用後，使用者可能會出現心跳加快和血壓升高的情況，但這些變化通常是暫時的，且在安全範圍內。

醫療用途 - 憂鬱症治療

研究成果

英國倫敦帝國學院的研究顯示，裸蓋菇素可有效緩解難治型憂鬱症，效果優於傳統抗憂鬱藥物。

大腦影像研究

功能性磁共振造影（fMRI）顯示，治療後大腦的連通性增加，與症狀改善相關。

迷幻蘑菇的未來展望

研究限制

目前多數研究樣本數較小，缺乏多樣性，且多在受控環境下進行。

研究方向

持續進行更大規模的臨床試驗，以確定療效和安全性。

政策變化

隨著研究進展，可能促使更多地區重新評估迷幻蘑菇的法律地位。

參考資料:

<https://geneonline.news/psychedelic-treatment-psilocybin-depression/>
<https://www.bbc.com/zhongwen/trad/61096275>
<https://www.thenewslens.com/article/165688>
<https://time.com/4586702/magic-mushrooms-psilocybin-depression/>