



5 کار جالب که بدن شما برای محافظت از خود انجام می دهد

بدن انسان مکانیزمی بسیار جذاب و پیچیده دارد. جالب است بدانید که بدن انسان برای مبارزه با مشکلات مختلف برخی راهکارهای از پیش تعیین شده را استفاده می کند.

بدن انسان مکانیزمی بسیار جذاب و پیچیده دارد. جالب است بدانید که بدن انسان برای مبارزه با مشکلات مختلف برخی راهکارهای از پیش تعیین شده را استفاده می کند. پایگاه خبری تحلیلی انتخاب: بدن انسان مکانیزمی بسیار جذاب و پیچیده دارد. جالب است بدانید که بدن انسان برای مبارزه با مشکلات مختلف برخی راهکارهای از پیش تعیین شده را استفاده می کند.

به گزارش سرویس خواندنی های انتخاب، شاید بسیاری از رفتارهای غیر ارادی یا علائم بدنی برای ما عادی باشند و اساساً توجهی نکنیم چرا این ویژگی ها را داریم. اما جالب است بدانید که 5 علامت جالب وجود دارد که بدن شما برای محافظت از خود نشان می دهد:

خمیازه کشیدن

خمیازه کشیدن فقط یک سیگنال عادی و متداول برای کم خوابی نیست. خمیازه نشان می دهد بدن شما در حال تعدیل دما است. به گفته کارشناسان موسسه اسمیتسونین، این تمایل طبیعی بدن برای تنظیم دمای مغز است.

وقتی فک را باز کرده و می کشیم، سرعت جریان خون به جمجمه را افزایش می دهیم. همانطور که در همان زمان هوا را استنشاق می کنیم، هوا جریان خون را تغییر می دهد و خون خنک تر را به مغز می فرستد. با توجه به اینکه مغز هر روز کار می کند، این یک عملکرد بسیار مهم و محافظ است.

استفاده از بینی به عنوان فیلتر هوا

بینی شما فقط به چهره شما زیبایی نمی دهد بلکه فیلتر هوای داخلی بدن شما است. دکتر توماس هورویتز از مرکز پزشکی CHA هالیوود هالیوود در لس آنجلس، توضیح می دهد: "بینی ما فیلتری است که باعث تحریک بسیاری از سینوس های ما می شود. بینی دارای مخاط و مو است. موها ذرات بزرگتر را فیلتر می کنند و مخاط را کاهش می دهند.

عطسه برای تصفیه تنفسی

عطسه برای سلامتی ضروری است. دکتر آنتونی کوری، جراح ارتوپدی در مرکز پزشکی دانشگاه تولدو در اوهایو می گوید: "دلیل ایجاد عطسه ما پاک کردن قسمت های مختلف بینی ما از مواردی مانند آلرژن ها و میکروارگانیسم ها است. این موضوع از بدن ما در برابر بسیاری از مواد خارجی محافظت می کند. هنگامی که جسمی خارجی وارد بینی شما می شود، سیگنالی به مغز ارسال می شود تا گلو، چشم و دهان خود را ببندید. سپس قفسه سینه شما سفت می شود و گلوی شما شل می شود و باعث می شود مواد خارجی بیرون بریزد و اگر بینی شما احساس ناراحتی داشته باشد بهترین کار عطسه است.

رشد مژه برای محافظت از چشم در برابر مواد خارجی

مژه ها برای محافظت از چشمان شما از گرد و غبار، شن و ماسه، رطوبت و سایر بقایای موجود در هوا است. دکتر ملودی هوانگ، بینایی سنج در مرکز طبی لس آنجلس می گوید: "مژه ها بسیار مهمتر از آن چیزی هستند که تصورش را بکنید. مژه ها با انواع موارد مزاحم مبارزه می کند.

تعریق برای خنک شدن

پوست شما نقش مهمی در تنظیم دمای بدن شما دارد. اگر تعریق نبود بدن مثل یک اجاق گاز عمل می کرد و ثانیه به ثانیه داغ تر می شد. پوست نقش های متعددی در سلامت شما دارد و یکی از این نقش ها این است که مانع از گرمای

بیش از حد بدن شما می شود.