



چطور دچار سکسکه می‌شویم؟

سکسکه یک واکنش غیر ارادی است. زمانی که سکسکه می‌کنیم چه اتفاقی می‌افتد؟

سکسکه یک واکنش غیر ارادی است. زمانی که سکسکه می‌کنیم چه اتفاقی می‌افتد؟

حتما برای شما هم پیش آمده که در کلاس یا یک جلسه رسمی حضور دارید و ناگهان، صدای هق و دوباره یک هق دیگر و همینطور پشت سر هم، سکسکه پشت سکسکه! هیچ کاری هم از شما ساخته نیست، چون سکسکه از آن اتفاقاتی است که هیچ کنترلی روی آن ندارید.

• چرا سکسکه می‌کنیم؟

برای دانستن علت سکسکه باید مختصری در باره کار پرده دیافراگم بدانیم.

پرده دیافراگم، پرده ماهیچه عضلانی طبلمانندی است که در عرض بدن، بین شش‌ها و معده گسترده شده است. وقتی این پرده عضلانی جمع می‌شود، باعث کاهش فشار هوای داخل شش‌ها شده، در نتیجه هوا به داخل شش‌ها کشیده می‌شود و عمل دم انجام می‌شود.

با آزاد شدن پرده دیافراگم، هوا از داخل شش‌ها خارج می‌شود که همان عمل بازدم نامیده می‌شود.

اما وقتی پرده دیافراگم دچار اسپاسم (گرفتگی) عضلانی شود و کار طبیعی خود را انجام ندهد، سکسکه اتفاق می‌افتد.

ایجاد اسپاسم در پرده دیافراگم علل مختلفی می‌تواند داشته باشد که از آن جمله می‌توان به سرما اشاره کرد. هوای سرد می‌تواند عامل ایجاد اسپاسم عضلانی در پرده دیافراگم شود اما دلیل مهم‌تر و شایع‌تر پر خوری است. خوردن و نوشیدن بیش از اندازه باعث حجیم شدن معده می‌شود که در نتیجه این افزایش حجم معده، به پرده دیافراگم فشار وارد می‌شود و پیام‌هایی الکتریکی نا به جایی تولید می‌شود. این پیام‌ها از طریق اعصابی که حرکت دیافراگم را کنترل می‌کند، منتقل شده و باعث گرفتگی ناگهانی دیافراگم می‌شود.

گاهی هم اگر کسی هنگام غذا خوردن صحبت کند، باعث ورود هوای اضافی به معده می‌شود و همان نتیجه را به بار می‌آورد. بنا بر این از راه‌های نتیجه بخش اجتناب از سکسکه، پرهیز از پر خوری و صحبت کردن با دهان پر، است.

• بلندترین سکسکه جهان

بر اساس اطلاعات مندرج در کتاب رکوردهای جهانی گینس، در سال 1769 مردی از اهالی نورتامبرلند، از سکسکه در عذاب بوده است. سکسکه این مرد از فاصله 1.6 کیلومتری شنیده می‌شده است.

• آرام‌ترین سکسکه

آرام‌ترین سکسکه‌ها مربوط به جنین است. جنین انسان پیش از به دنیا آمدن، در شکم مادر، هم سکسکه می‌کند به طوری که بسیاری مادران قادر به شنیدن صدای سکسکه جنین خود هستند.

• طولانی‌مدت‌ترین سکسکه جهان

آقای چارلز اسبورن از ایلت آیووا، بیش از 60 سال مبتلا به سکسکه بوده و در این مدت تقریباً 420 میلیون بار سکسکه کرده است.