بلاهایی که با نگه داشتن عطسه بر سرتان می‌آید

19 تیر 1403

عطسه به طور طبیعی یک ساز و کار حفاظتی است که پدیده‌های بالقوه مضر مانند گردوغبار، باکتری‌ها و ویروس‌ها را از سیستم تنفسی خارج می‌کند. این فرایند از طریق «مرکز عطسه» در بصل‌النخاع، مرکز نظارت بر عملکردهای خودکار بدن مانند نفس کشیدن، کنترل می‌شود. فرایند عطسه با ورود مواد تحریک‌کننده به پوشش بینی و راه‌های هوایی که تکانه‌ها را به مرکز می‌فرستند، فعال می‌شود.

با توجه به صدماتی که عطسه کردن ممکن است به بار آورد، شاید فکر کنید که بهتر است عطسه را نگه دارید اما این کار بسیار خطرناک است. در سال ۲۰۲۳، مردی اسکاتلندی که با بستن دهان و بینی‌اش عطسه کرد، دچار پارگی نای شد.

بستن راه‌های تنفسی موجب می‌شود فشاری که از عطسه در سیستم تنفسی ایجاد می‌شود، گاه تا ۲۰ برابر افزایش یابد و از آنجایی که راه‌های تنفسی بسته نگهداشته شده، این فشار را اندام‌ها جذب می‌کنند.

ناگفته نماند که بدن ما به‌خوبی با عطسه کردن سازگار شده است، بنابراین جای نگرانی نیست و بسیاری از این صدمات که نام بردیم، در موارد نادر و خاص رخ می‌دهند؛ حتی اگر مانند «دونا گریفیتس» باشید که ۹۷۶ روز عطسه کرد یا مثل «یی یانگ» که بلندترین صدای ثبت‌شده عطسه با شدت ۱۷۶ دسی‌بل، معادل صدای پرواز یک موشک، به نامش ثبت شده است.