22 Νοεμβρίου 2015

Επικίνδυνη Συνήθεια: Τι συμβαίνει όταν



Ίσως

έχετε ακούσει ότι με το φτέρνισμα, τα σταγονίδια που εκτοξεύονται από το στόμα σας ταξιδεύουν με 100χλμ/ώρα. Όσο απίστευτο και αν σας ακούγεται αυτό, είναι πέρα για πέρα αληθινό. Είναι όντως η ταχύτητα με την οποία είναι πιθανό να φύγουν τα σταγονίδια από το στόμα σας. Για να συμβεί, όμως, αυτό ο οργανισμός έχει έναν ισχυρό μηχανισμό αύξησης της πίεσης του αέρα και απότομης απελευθέρωσής του. Αυτό εμπεριέχει κάποιους κινδύνους, όταν κάποιος επιχειρήσει να το εμποδίσει.

Σύμφωνα με την ωτορινολαρυγγολόγο δρ. Aliison Catlett Woodall Ιατρικού Κέντρου του πανεπιστημιακού νοσοκομείου του Αρκάνσας, το να “κρατάτε” το φτέρνισμά σας, δεν είναι καθόλου καλή ιδέα:

“Πριν από το φτέρνισμα, ένα σημαντικό ποσό πίεσης του αέρα συσσωρεύεται στους πνεύμονες κατά την προετοιμασία της άμεσης εκκένωσης της ρινικής κοιλότητας. Αν το φτέρνισμα συγκρατείται κλείνοντας την μύτη ή κρατώντας το στόμα κλειστό, αυτό ωθεί τον πεπιεσμένο αέρα πίσω στην ευσταχιανή σάλπιγγα και μέσα στην κοιλότητα του μέσου ωτός”, αναλύει η δρ Woodall.

Ο κίνδυνος τραυματισμού και απώλειας ακοής από αυτή την πρακτική μπορεί να

είναι σε χαμηλά επίπεδα, ωστόσο, δεν είναι κάτι αδύνατο. Η πίεση από ένα φτέρνισμα είναι ικανή να προκαλέσει εσωτερική ζημιά στο αυτί, συμπεριλαμβανομένης τηςρήξης τυμπάνου.

“Αυτό το είδος τραύματος στις μεμβράνες του μέσου και έσω ωτός προκαλεί ξαφνική σοβαρή απώλεια ακοής, βαρηκοΐα, ακόμη και ίλιγγο”, προσθέτει η δρ. Woodall.

Άλλες σωματικές βλάβες που μπορεί να προκύψουν, αν “κρατάτε” ένα φτέρνισμα περιλαμβάνουν τραυματισμούς διαφράγματος,ρήξη των αιμοφόρων αγγείων στα μάτια, και ρήξη ή αποδυνάμωση των αιμοφόρων αγγείων στον εγκέφαλο.

Πώς μπορείτε να αποφύγετε αυτούς τους τραυματισμούς; Η καλύτερη επιλογή είναι να αφήνετε τον εαυτό σας να φτερνίζεται χωρίς κανένα περιορισμό!

Πηγές: iatropedia.gr- offsite.com.cy