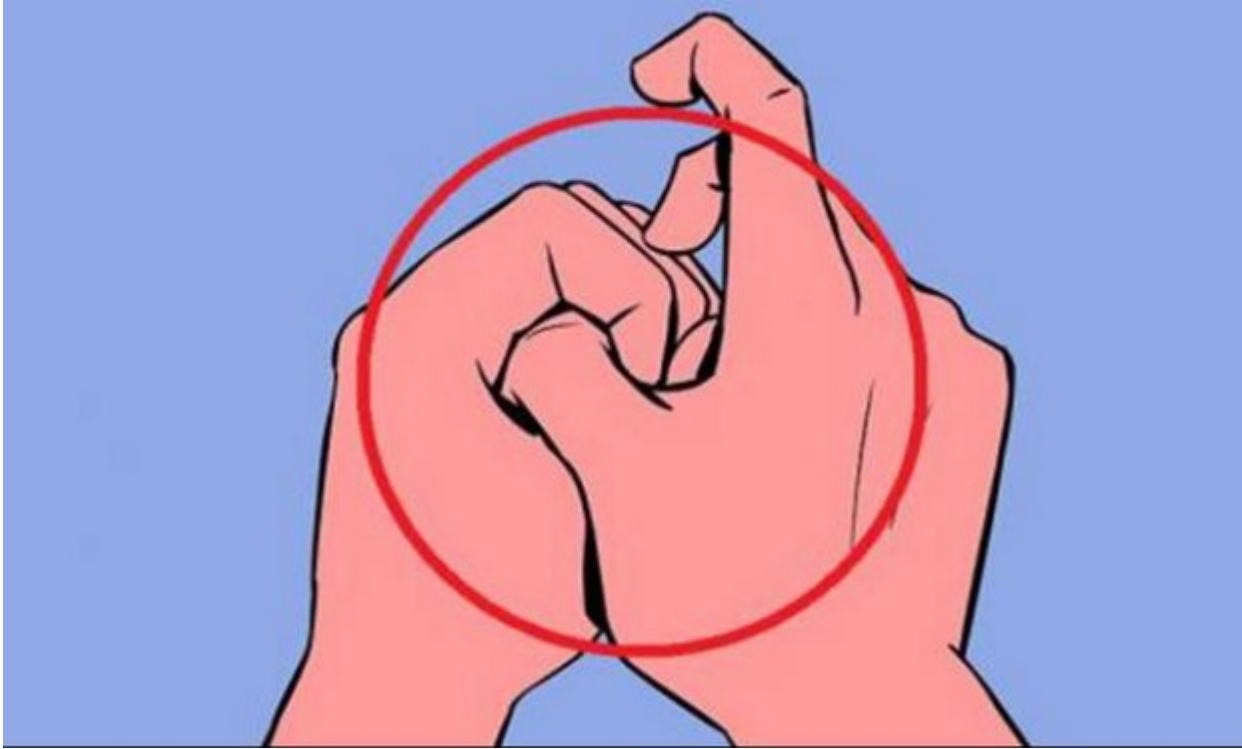


Κάνεις τα δάχτυλα σου «κρακ»; Δες τι συμβαίνει εκείνη τη στιγμή (video)

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μήπως θα έπρεπε να το ξανασκεφτείτε πριν το κάνετε;

Όλοι έχουμε έναν φίλο ή και εμείς οι ίδιοι που τακτικά κάνουν «κρακ» τα δάχτυλα τους. Με αυτό που κάνετε θα ραγίσετε τις αρθρώσεις των δακτύλων και είναι πολύ κακό για την εύθυμη λειτουργία των χεριών και ιδιαίτερα των δακτύλων σας.

Η τεχνική είναι απλή. Με μία ελαφρά συστολή των φαλαγγών πιέζουμε τα δάχτυλα από την άλλη κατεύθυνση με το άλλος μας δάχτυλο... Κάθε «κρακ» είναι διαφορετικό.

Οι μεγαλύτεροι και οι πιο έμπειροι σε αυτή την κακή συνήθεια αναπτύσσουν περαιτέρω το κρακ αυτό σε όλες τις αρθρώσεις, όπως τους καρπούς, τους ώμους, το λαιμό ή το σαγόνι.

Ένας ήχος που μπορεί να είναι δυσάρεστος για τους γύρω σας.

Σε κάθε δάχτυλο υπάρχουν μικρά οστά, ο γ μικρές κοιλότητες που γεμίζουν με ένα ρευστό υγρό που ονομάζεται «αρθρικό υγρό». Όταν στρίβετε τις αρθρώσεις, μικρές φυσαλίδες - δημιουργούνται. Η «έκρηξη» τους δημιουργεί αυτό το κρακ

που ακούμε σαν σπάσιμο.

Δείτε το βίντεο:

Πηγές: apisteuta.com -newsbomb.gr