

«Σκαλίζετε» τη μύτη σας; 3 σοβαροί λόγοι να σταματήσετε αμέσως!

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Φανερά ή κρυφά, το «σκάλισμα» της μύτης δεν είναι τόσο αθώα συνήθεια – Δείτε τι κινδύνους επιφυλάσσει για την υγεία



Είναι αναπόσπαστο κομμάτι της παιδικής ηλικίας όπως περίπου η πάνα ή το μπουσούλημα. Για κάποιους θα παραμείνει «ένοχη απόλαυση» και μετά την ενηλικίωση, μια ηδονική σχεδόν συνήθεια που θα απολαύσουν όταν νιώσουν ασφαλείς από αδιάκριτα βλέμματα ή απλώς χαθούν στις σκέψεις τους.

Το «σκάλισμα» της μύτης είναι μια κίνηση αυτόματη σχεδόν που παρατηρείται στο ανθρώπινο είδος και τα συγγενικά του πρωτεύοντα. Φαντάζει παιδιάστικη, αθώα σχεδόν συνήθεια που στο μυαλό πολλών θα συσχετιστεί με έννοιες όπως η ντροπή ή αποστροφή. Πόσοι θα σκεφτούν ότι συνδέεται άμεσα με την υγεία;

Επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο Macquarie της Αυστραλίας και το Ινστιτούτο Περιβαλλοντικής Ανθεκτικότητας του Πανεπιστημίου της Ιντιάνα των ΗΠΑ, εξηγούν γιατί το να βάζουμε το δάχτυλο στη μύτη μας εκθέτει σε μια σειρά κινδύνους.

Πώς λειτουργεί η βλέννα

Τα βλεννογόνα κύτταρα της μύτης σχηματίζουν τη βλέννα, το ρευστό και κολλώδες υγρό που στη διάρκεια της ημέρας και των 22.000 περίπου κύκλους αναπνοής θα «παγιδεύσει» σκόνη, μικρόβια, αλλεργιογόνα όπως η γύρη προτού εισχωρήσουν στους αεραγωγούς και προκαλέσουν τη φλεγμονώδη απόκριση του οργανισμού, άσθμα ή άλλα αναπνευστικά συμπτώματα. Παράλληλα, θα αιχμαλωτίσει και άλλες δυνητικά επιβλαβείς ουσίες όπως ο μόλυβδος ή ο

αμύαντος.

Με το «σκάλισμα» της μύτης δίνεται η δυνατότητα σε όλους τους παραπάνω βλαπτικούς παράγοντες να παρακάμψουν την πρώτη γραμμή άμυνας που συνιστά η μύτη, να διασπαρούν στο υπόλοιπο σώμα και να διεισδύσουν στον οργανισμό. Σχετικές έρευνες έχουν καταλήξει σε όχι και τόσο καθησυχαστικά συμπεράσματα, όπως:

η σύνδεση του «σκαλίσματος» της μύτης με τη μεταφορά του χρυσίζοντος Σταφυλόκοκκου (*Staphylococcus aureus*), ενός μικροβίου που εντοπίζεται κυρίως στο δέρμα και τις βλεννογόνιες μεμβράνες και μπορεί να προκαλέσει ήπιες έως σοβαρές λοιμώξεις. Ειδικότερα, με τον τρόπο αυτό μπορεί να μεταφερθεί σε πληγές, να εισέλθει και να αποικήσει προκαλώντας λοίμωξη, μια περίπτωση ενίοτε ανησυχητική λόγω της ευρείας αντίστασης στα αντιβιοτικά

η πιθανότητα μετάδοσης του πνευμονιόκοκκου μέσω του «σκαλίσματος» της μύτης στο περιβάλλον

ο κίνδυνος τραυματισμού της ρινικής κοιλότητας που θα επιτρέψει την είσοδο των παθογόνων στον οργανισμό.

Πηγή: ygeiamou.gr