

# حقائق لا نعرفها عن التثائب

واحدة من أبسط وظائف الجسم هي أيضا واحدة من الأكثر غموضا. هنا، نلقي نظرة على نظريات علمية تفسر لماذا نتشاءب.

بحسب العلماء، بمجرد التفكير في التثاؤب هذا يمكن أن يؤثر على جزء من الدماغ ليثير ردة فعل غير طوعية. ولكن، السبب الذي يجعل البشر البالغين، الرضع، الأجنة، ومعظم الحيوانات يتشاءبون لا يزال موضوع نقاش علمي.

ما الذي يسبب التثاؤب؟ في الأسطر التالية سندرج بعض النظريات المهمة التي تفسر ذلك:

التثاؤب يجعلنا مستيقظين: المقصود من التثائب هو إبقاءنا مستيقظين لغرض معين. تكهن الباحثون أن التثاؤب والجانب المعدي من التثائب هو تصرف تكييفي اجتماعي قديم تطور لمساعدة مجموعات من البشر في وقت مبكر أن يبقوا يقظين للإكشاف عن الخطر.

التثاؤب يشير إلى الشهوة الجنسية: إذا ثناءبت أثناء العلاقة مع زوجك، يمكنك أن تشرح له أنك لست ضجر. وقد وجدت عدة دراسات حديثة أن التثاؤب قد يعني عدم الملل، فيدل على الشهوة الجنسية. ويرتبط التثاؤب مع تغير في الحالة الجسدية، على سبيل المثال، من النوم إلى اليقظة أو الاستيقاظ إلى النوم. عندما تكون في علاقة، التثاؤب قد يعني تحول من حالة إلى أخرى: من عدم الإثارة إلى الإثارة. النشوة والتثاؤب قد يشتركان في تراث السلوكي العصبي.

التثاؤب يبرد الدماغ: التثاؤب والجيوب الأنفية تبرد الدماغ. الدماغ حساس بشكل دقيق لتغيرات درجات الحرارة، وبالتالي يجب أن يكون محمي من الحرارة المرتفعة. العقول، مثل أجهزة الكمبيوتر، تعمل بشكل أفضل عندما تكون باردة.

التثاؤب هو عرض من أعراض مرضية. يبدو أن التثاؤب المفرط هو أحد أعراض الظروف التي تزيد من درجة حرارة الدماغ الأساسية، مثل تلف الجهاز العصبي المركزي والحرمان من النوم. تشير البحوث الإضافية إلى أن التثاؤب المفرط يمكن أن يكون من أعراض النوبة القلبية أو تسلخ الأبهر. يعتبر هذا النوع من التثاؤب المفرط رد فعل وعائي مبهمي يحدث لأن الجسم يحاول إرسال المزيد من الأوكسجين إلى مجرى الدم.