

Refleksin Ne Olduğunu Biliyor musunuz?

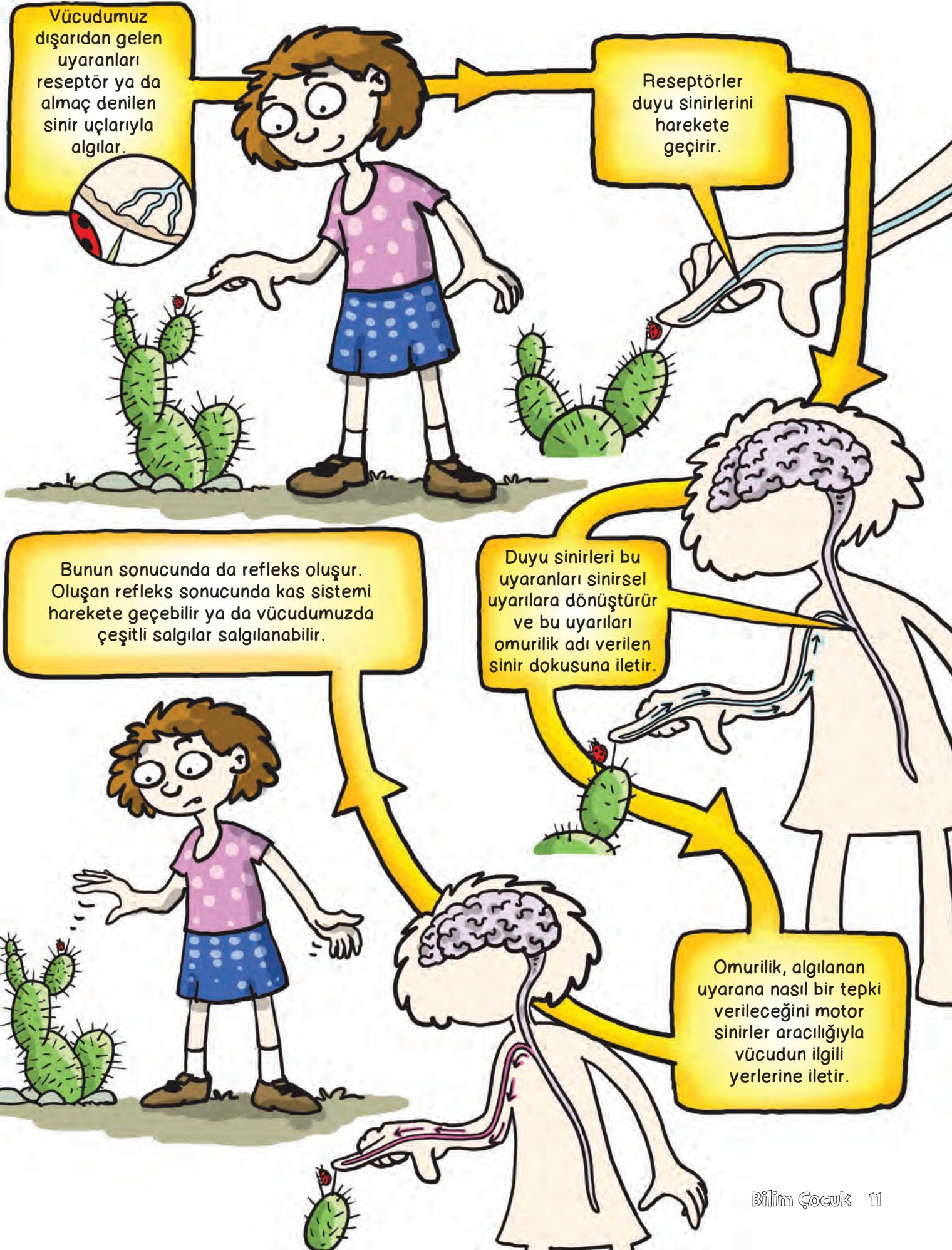
Gözlerimize ışık tutulduğunda neden göz bebeklerimiz küçülür? Yeni doğmuş bir bebek nasıl hemen meme emer? Gözümüze bir şey kaçtığında gözümüzü neden kapatırız? Bu soruları tek bir durumla açıklayabiliriz: Reflekslerimiz için içinde! Gelin refleks dediğimiz bu ilginç biyolojik duruma yakından bir göz atalım!



Belirli bir uyarı sonucunda istemsizce ortaya çıkan davranış biçimine refleks denir. Refleksler doğuştan gelir, yani öğrenilmez ve düşünmeyi gerektirmez. Refleksler aynı zamanda kalıtsaldır, yani bir sonraki kuşağa aktarılır.

Refleksler, canlıların hayatta kalmasını kolaylaştırır. Çünkü refleksleri olmayan bir canlı, dış etkenlere yeterince hızlı tepki gösteremez ve bunun sonucunda da zarar görebilir. Bu nedenle reflekslerimiz yaşamımızda önemli bir yere sahiptir.

Vücudumuzda çok sayıda sinir hücresi bulunur. Sinir hücreleri, belirli uyarıları alır ve gerekli yerlere iletir. Bunun sonucunda çeşitli moleküllerin salgılanmasında ve hücrel etkinliklerin başlatılmasında etkili olur. Reflekslerin oluşması da sinir hücreleriyle bağlantılıdır.

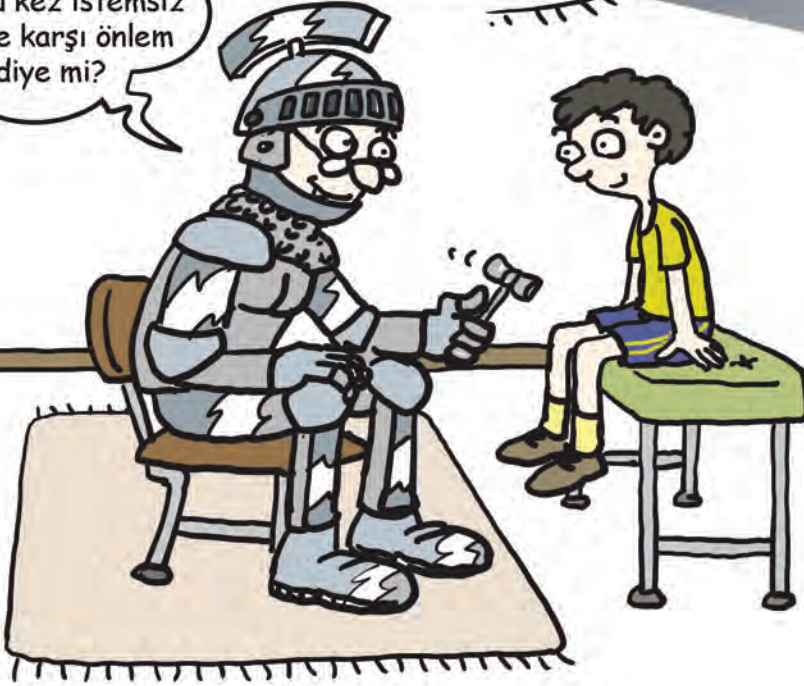


Tüm sağlıklı insanlarda bazı ortak refleksler bulunur. İşte bunlardan birkaçı...

Karanlık bir ortama girdiğimizde göz bebeklerimiz biz farkında olmadan büyür. Aynı şekilde aydınlık bir ortama girdiğimizde de göz bebeklerimiz biz farkında olmadan küçülür. Böylece görebilmemiz için gerekli olan ışık miktarını istemsizce ayarlamış oluruz.



Niye öyle bakıyorsun delikanlı? Bu kez istemsiz bir tekmeye karşı önlem aldım diye mi?



Diz kapağımızın hemen altına hafifçe vurulduğunda bacağımızdaki kas istemsizce kasılır ve ayağımız havaya kalkar.

Özellikle yeni doğan bebeklerin reflekslerinin ve diğer basit reflekslerin değerlendirilmesi kişinin sağlık durumu hakkında bilgi verir. Refleksler normal, az ya da çok olmaları bakımından değerlendirilir.

Bu refleksler ayakta dururken vücudumuzun dengesini koruyabilmesi için önemlidir.

Ayak bileğimizin arkasında ve topuğumuzun üst kısmında tendonlar bulunur. Bu tendonlar düz bir konumdayken tendonlara hafifçe vurulduğunda ayağımız istemsizce hareket eder.



Kum fırtınası sırasında kum tanelerinin göze kaçmasına karşı koruyucu gözlük takmak ha? Çok iyi fikir!



Gözümüzün korneasına herhangi bir şeyle dokunulduğunda gözümüzü korumak için istemsizce kapatırız.

Tüm bunların dışında bebekken birkaç ay için sahip olduğumuz ancak daha sonradan kaybolan reflekslerimiz de var. Bu refleksler bebeklerin hayatta kalabilmeleri için oldukça önemlidir. İşte sadece bebeklerin bir süreliğine sahip olduğu birkaç refleks...

Yanağına hafifçe dokunulduğunda bebek, başını dokunulan tarafa doğru çevirir ve ağzını açar. Bu, bebeklerin meme emmelerini sağlayan bir reflekstir. Bu refleks bebek dört aylık olana dek sürer.



Bebeklerin avucuna hafifçe dokunulursa bebek parmaklarını kapatır ve dokunulan şeyi istemsizce yakalamaya çalışır. Bu refleks bebek iki ya da üç aylık olana dek sürebilir.



Sırtüstü yatan bir bebeğin başını bir tarafa doğru çevirmesi sağlanırsa, bebek başını çevirdiği taraftaki kol ve bacağı düz bir şekilde ileri uzatır. Diğer yönde kalan kol ve bacağı bükerek. Bu refleks bebek dört aylık olana dek sürebilir.



Bebeğin ayak tabanında topuğundan başlayarak serçe parmağına doğru hafifçe bastırıldığında bebeğin ayak parmakları dışa doğru açılır. Bu refleks bebek 1,5-2 yaşındayken kaybolur.

Bebek koltuk altlarından tutulup ayakları yere değecek şekilde kucaklanırsa adım atma hareketi yapar. Bu refleks bebek dört aylık olana dek sürebilir.

