



SİMİT ve PEYNİR'le "BİLİMİNSANİ ÖYKÜLERİ"

William
Charles
Dement

(1928)

Yazan ve Çizen:
Bilgin Ersözlü

Amerika Birleşik Devletleri'nin Wenatchee kentindeyiz. 1936 yılının güzel bir ilkbahar günü, sabahın erken saatleri.

Cik cik cik!
William, hadi kalk artık.
Okula geç kalacaksın.
Cik cik cik!

Benim gördüğümü sen
de görüyor musun Peynir?
Bu seferki biliminsanımız
uçan bir fil mi yani?

Ha ha ha!
Tabii ki hayır Simitçiğim.



Aynı anda...

Cik cik cik!
Cik cik cik!

William, hadi kalk artık.
Okula geç kalacaksın.

Hı?

Neler oluyor?
Uçan fil nereye gitti?

Hımm!
Ben ne olduğunu anladım
sanki.

Birkaç dakika sonra...

Günaydın anneciğim.
Garip bir rüya görüyordum da,
o yüzden zor uyandım sanırım.

Şimdi anladım!
Meğer William rüya
görüymüş.

Hah, kalktın mı oğlum?
Günaydın.

Anlat bakalım,
neymiş bu rüya?

Üstelik gerçekten de
garip bir rüya
görüymüş.



William gördüğü rüyayı annesine anlatır.

...İşte böyle anneciğim.

Nasıl oldu
bütün bunlar?

William'ın annesi durumu
ne de güzel açıkladı.

Ha ha ha! Bu rüyayı nasıl
açıklayabileceğimizi biliyorum sanırım...
Hani geçen hafta gittiğimiz sirkte fillerin
gösterisinden çok hoşlanmıştın ya. Belki de
rüyanda o fillerden birini gördüğün sırada
pencerenin önündeki kuşların seslerini
duydun.

Aynı anda ben de uyanman için sana
seslenince bütün bunlar rüyanda
birleşiverdi. Ne dersin?

Evet Simitçiğim.

William'ı o sabah uçan bir filin
uyandırmasının ardındaki gizem çözüldüğüne
göre öykümüze devam edelim istersen.



William Charles Dement
çocukluğu boyunca pek çok
farklı konuya ilgi duyar. Merak
ettiği konular üzerine yazılmış
kitaplar okur, kendini sürekli
geliştirir ve öğrendiği yeni
bilgileri arkadaşlarıyla paylaşır.

Derslerinde de başarılı bir
öğrenci olan William liseden
mezun olduktan sonra tıp
eğitimi almaya karar verir.

İkinci sınıfta aldığı bir derste William'ın öğretmeni sınıfa ilginç bir teklifte bulunur.

Arkadaşlar. Bu dönem laboratuvarımızda uyku üzerine bir araştırma başlatıyoruz. Aranızda bu araştırma için bana yardımcı olmak isteyen var mı?

Uyku mu? Çok sıkıcı.

Böyle bir araştırmaya katılmak zaman kaybı olur.

Ben varım öğretmenim.

Bence de gereksiz. Örneğin ben yemek yedikten sonra uyuyorum, acıkınca da uyanıyorum. Araştıracak ne var ki bunda? Uyuyorsam tokum, uyanıksam açım demek işte!

Ha ha ha!

Laboratuvarında araştırmaya katılan gönüllülerin uyku sırasındaki davranışlarını gözlemlerler.

Gözkapaklarına dikkat ettiniz mi? Gönüllümüz uykuda olduğu halde sanki bir şey izliyor gibi. Gözleri nasıl da hızlı hızlı hareket ediyor.

Evet William. Uykunun bu evresini Hızlı Göz Hareketleri Evresi olarak adlandırdım. Nedenini hiç bilmiyorum.

Hımm! Uyku farklı evrelerden mi oluşuyormuş yani?

Ben de öyle anladım.

Araştırmada bazı hayvanlar üzerinde de incelemeler yapılır.

Farelerde de, maymunlarda da, insanlarda da aynı şey oluyor. Uykunun bir bölümünde hızlı göz hareketleri başlıyor, bir süre sonra bu hareketler kesiliyor. Bu sırada beyinde bir şeyler oluyor herhalde.

Yoksa rüyaları o sırada mı görüyoruz dersin Peynir?

Olabilir Simitçiğim.

William Charles Dement, tıp fakültesinden mezun olduktan sonra uyku üzerine araştırmalar yapmak için bir sağlık merkezi kurar ve yalnızca bu konuda çalışmaya başlar.

Neden bu kadar çok kablo bağlıyorlar acaba? Bir tane beynimiz var. Tek bir kablo yetmiyor mu?

Sanırım beynin farklı bölgelerinden gelen elektrik sinyallerini kaydediyorlar Simitçiğim.

Yıllar süren çalışmaları sayesinde William Charles Dement, uyurken beynimizde neler olup bittiği sorusuna pek çok yanıt bulur. Yeterince uyumamanın ve uyku bozukluklarının günlük yaşamımızı ve ruh halimizi olumsuz bir şekilde etkilediğini yaptığı araştırmalarla ortaya koyar. Nitelikli bir uykunun sağlığımız için ne kadar önemli olduğunu gösterir.

Şu grafiğin karmaşıklığına bak Peynir. Kim bilir neler görüyor rüyasında?

Neler gördüğünü bilmiyorum, ama bu grafikler beynin uykunun bazı evrelerinde neredeyse uyanırken olduğu kadar etkin olduğunu gösteriyor.

Uyku konusunda önemli çalışmalara imza atan William Charles Dement günümüzde hâlâ uykuya ilgili sorunların anlaşılması ve tedavi edilmesi yönündeki araştırmalarını sürdürüyor. Bir yandan da üniversitelerde bu konuda dersler veriyor.

William Amca hemen o kablolardan bana da bağlasın, çünkü...

Çünkü uykudan bu kadar çok söz edince uykun geldi, değil mi Simitçiğim? Hadi iyi uykular.