



## مخاطر كتم العطسة

هل كنتم تعلمون أننا عندما نعطس، يخرج 100.000 جراثيم مندفعاً إلى الخارج بسرعة تناهز 160 كيلومتر في الساعة؟ من السهل الفهم إذن لماذا يحاول الكثير من الناس كتم تلك العطسات المزعجة في الأماكن العامة. لكن، لا يهم إن كتمنا عطستنا عبر إغلاق فمنا أو أنفنا، ما يهم هو أن كتم العطاس ليس فكرة جيدة لما قد يسببه من أضرار في أجسامنا. لذا، من الآن فصاعداً فكروا ملياً قبل أن تكتموا عطستكم، خصوصاً إذا كانت عطسة قوية.

إعداد: شاكرا المحراوي | التدقيق اللغوي: الحسن أقديم



### *National Geographic*

طبقاً لما يقوله الخبراء، فإن كتم العطاس ليس أمراً جيداً لما قد يسببه من مخاطر وأضرار على مستوى الجسم. قبيل عملية العطاس تخزن الرئتان كميات كثيفة من الهواء تؤدي إلى ارتفاع ضغط الهواء بشكل هائل قبل أن تقوم بدفعه بسرعة عبر الممرات الأنفية إلى الخارج. فإذا قمنا بتغطية هذه المخارج، فإن هذا الضغط الهوائي يبقى في الجسم ويتجه إلى مناطق أخرى مثل "قناة استاكيوس" التي تصل أعلى البلعوم بالأذن الوسطى.

لهذا، فإن كتم العطاس يعتبر من المخاطر التي تتسبب في أضرار على مستوى السمع، وعلى الرغم من أن احتمال وقوع هذا الأمر بسبب العطاس يبقى ضعيفاً فإنه ليس مستحيلاً. في هذا النطاق، يضيف الباحثون أن الضغط الذي يكمن في العطاس يملك القدرة الكافية على إحداث تلف في الأذن الوسطى والأذن الداخلية، بل حتى في طبلة الأذن، كما قد يتسبب أيضاً في الدوار. ومن بين المخاطر الأخرى التي يشكلها كتم العطاس أضرار قد تحدث على مستوى الدماغ وعضلة الحجاب الحاجز والأوعية الدموية الموجودة في العينين.

المصدر: [جامعة أركنساس](#)