

## Πρέπει να «κόβουμε» το φτέρνισμα ή όχι; Τι λένε οι ειδικοί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Όταν νιώθουμε ότι πρόκειται να φτερνιστούμε, πολλές φορές κλείνουμε τη μύτη μας για να το... προλάβουμε.

Είναι όμως ορθή αυτή η πρακτική ή μπορεί να αποδειχθεί επικίνδυνη;

Σύμφωνα με το Ιατρικό Κέντρο Beth Israel Deaconess (BIDMC), εκπαιδευτικό νοσοκομείο της Ιατρικής Σχολής του Χάρβαρντ, όταν φτερνιζόμαστε ο εκπνεόμενος αέρας ταξιδεύει με ταχύτητα περίπου 160 χιλιόμετρα την ώρα!

Στην προσπάθεια να «κόψουμε» το φτέρνισμα κλείνοντας τη μύτη μας, ο αέρας διοχετεύεται στην Ευσταχιανή σάλπιγγα, η οποία συνδέεται με το μέσο ους και το τύμπανο.

Θεωρητικά, ο αέρας που πιέζει αυτές τις δομές του αφτιού μπορεί να προκαλέσει ρήξη του τυμπάνου και απώλεια της ακοής. Η απώλεια της ακοής είναι προσωρινή εάν η τακτική διακοπής του φτερνίσματος δεν επαναλαμβάνεται συστηματικά.

Να σημειωθεί πως οι επιδράσεις αυτές μπορεί να παρατηρηθούν εάν διακοπεί το φτέρνισμα αμέσως μόλις εμφανιστεί και όχι αν καταφέρνουμε να το αποφύγουμε εξ αρχής (ορισμένοι το καταφέρνουν πιέζοντας με την άκρη της γλώσσα τους τα πάνω δόντια εσωτερικά ή τραβώντας το επάνω χείλος τους).

Πηγή: [onmed.gr](http://onmed.gr)