

پلک زدن

یک فرد بزرگسال در هر دقیقه ۱۲ الی ۱۵ مرتبه پلک می زند که در یک روز به بیش از ۱۰۰۰۰ مرتبه می رسد. ما پلک می زنیم تا چشم هایمان را با لایه ای از اشک بپوشانیم چرا که بدون آن چشم ها خشک شده، دچار آلودگی و عفونت می شوند. این لایه اشک معمولاً "تا حدود ۱۴ ثانیه عمر می کند و این بدان معناست که ما تقریباً ۳ بار مورد نیاز پلک می زنیم. این مساله احتمالاً" به این دلیل است که پلک زدن ارتباط نزدیکی با وضعیت روانی ما دارد. وقتی عصبی هستیم سریعتر پلک می زنیم و هنگامی که حواسمان را بر روی موضوعی متمرکز کرده ایم کندتر پلک می زنیم. افراد در حال کار با کامپیوتر معمولاً "تنها سه بار در دقیقه پلک می زنند و به همین دلیل است کسانی که با کامپیوتر کار می کنند از خشکی چشم رنج می برند.

چرا پلک می زنیم؟

یکبار پلک زدن تنها یکدهم ثانیه طول می کشد، اما همین مدت کافی است که ذرات غبار را از چشم پاک کند و مایعات نرم کننده را بر سطح کره چشم بگستراند.

هر زمانی که پلک می زنید، پلک هایتان مخلوطی از روغن ها و ترشحات مخاطی بر سطح چشم می گسترانند تا از خشکی چشم جلوگیری شود.

پلک زدن همچنین مانع رسیدن تحریکات بالقوه آسیب رسان به چشم هایتان مانند نورهای زننده و اجسام خارجی مانند گرد و غبار می شود.

اما چرا هر دو تا ده ثانیه یک بار - که یک بار پلک می زنیم - دنیایی که می بینیم در تاریکی فرو نمی رود؟

دانشمندان دریافته اند که مغز انسان استعدادی را بر ای نادیده گرفتن این خاموشی های لحظه ای دارد.

خود عمل پلک‌زدن فعالیت را در نواحی متعددی از مغز که مسئول شناسایی تغییرات محیطی هستند مهار می‌کند، بنابراین در نهایت شما تجربه مداومی از دنیای پیش چشم‌تان خواهید داشت.