Yemek Yerken Kullandığımız Tabak, Çatal, Bıçak vb. Gereçler Tat Algımızı Etkiler mi?

Dr. Tuba Sarıgül

Yediğimiz yiyeceklerin tadını, tat alma duyumuzun dışında başka birçok faktör etkiler. Örneğin kokunun tat algısı üzerinde belirgin bir etkisi olduğu uzun zamandır biliniyor. Ancak son yıllarda yapılan araştırmalar yiyeceklerin görüntüsü ve dokusu ile yemek yerken kullanılan gereçlerin üretildiği malzemenin ve renginin tat algısını değiştirdiğini gösteriyor.

Yaklaşık 200 yıldan beri yemek yerken yaygın olarak kullanılan çatal, bıçak vb. gereçler geçmişte ahşap, kemik, demir, seramik gibi farklı malzemelerden üretiliyordu. Ancak metallerden üretilen gereçler yiyeceklerin tadında hoşa gitmeyen değişikliklere neden olabiliyor. Bu tat, metal gereçler yiyeceklere ya da ağzımıza temas ettiğinde çözünürlüğü yüksek bazı metal bileşiklerinin oluşması nedeniyle ortaya çıkıyor ve yoğunluğu metalin ve yiyeceğin türüne göre değişebiliyor. Örneğin demir, bakır ve çinkodan üretilen gereçler paslanmaz çelik ya da altından üretilenlere göre daha kolay tepkimeye girebildikleri için yiyeceklerin tadında daha belirgin bir değişikliğe neden oluyor.

Kimyasal değişimlerin yiyeceğin tadında neden olduğu farklılıkların yanı sıra psikolojik faktörler de tat algımızı etkiliyor. Örneğin yiyecek ile servis edildiği tabağın renkleri arasındaki uyum yiyeceğin tadını daha belirgin şekilde hissetmemize neden olabiliyor.

Kulağımız Neden Çınlar?

Dr. Tuba Sarıgül

Kulak çınlaması herhangi bir dış etki olmaksızın duyulan seslerdir. Uğultu, çan sesi ya da fısıltı şeklinde duyulabilen bu sesler kimi zaman tek kimi zaman da her iki kulaktan kaynaklanıyormuş gibi hissedilebilir. Duyulan sesin düzeyi bazen sabit, bazen kesintili, bazen de değişkendir yani artıp azalabilir.

Kulak çınlaması kulaktan başlayıp beyne ulaşan işitme süreçlerinin herhangi bir aşamasında ortaya çıkan bir problemden kaynaklanabilir. Ancak çoğunlukla sebebi tüy hücrelerinin hasar görmesidir. Ses dalgaları kulağın içinde hareket ederken kokleadaki tüy hücreleri tarafından elektrik sinyallerine dönüştürülür ve sinir hücreleri tarafından beyne iletilir. Ancak tüy hücreleri yüksek sesin ya da bazı ilaçların etkisiyle hasar görebilir. Sinyallerin beklenilen şekilde beyne iletilememesine sebep olan bu durum, sinir hücrelerinin anormal şekilde uyarılmasına yol açarak ses duyuluyormuş hissinin oluşmasına neden olabilir. Tüy hücrelerindeki hasar yüksek frekanslı seslerin algılanmasıyla ilgili problemlere yol açıyorsa kulak çınlamasının tonu tizdir. Hasar düşük frekanslı seslerin algılanmasıyla ilgiliyse duyulan seslerin tonu daha pestir.

Bazı durumlarda ise kulaktaki çınlamanın kaynağı vücudumuzdaki doğal süreçlerdir. Örneğin insanların pek çoğu kalp atışlarını hisseder. Yaşlandıkça atardamarların çeperleri sertleşir ve bu durum kalp atışlarının, özellikle geceleri yatarken, daha belirgin şekilde duyulmasına neden olur.