

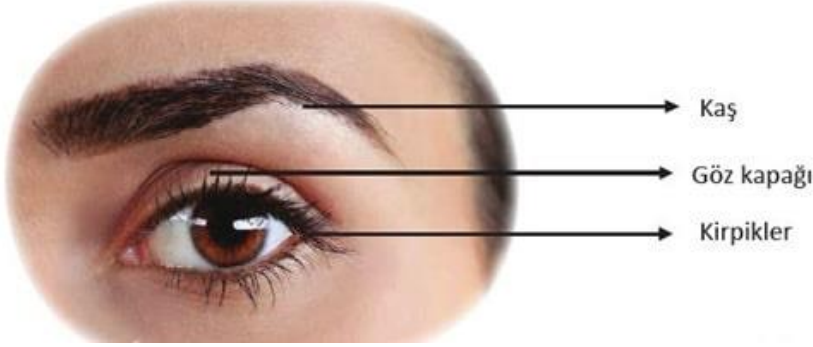
DUYU ORGANLARIMIZ

Çevremizi duyu organlarımız sayesinde algılarız. Beş duyumuz ve beş duyu organımız vardır. Bunlar göz ile algıladığımız **görme**, kulak ile algıladığımız **duyma**, burun ile algıladığımız **koklama**, dil ile algıladığımız **tatma** ve deri ile algıladığımız **dokunma**dır.

Duyularımız ile duygularımız farklıdır. Korkma, sevinç bir duygu; görme, işitme bir duyudur.

Şimdi duyu organlarımız, duyu organlarımızın temel görevleri ve duyu organlarımızın sağlığını korumak için neler yapmalıyız konularını inceleyelim.

Görme Duyu Organımız Göz



Gözlerimiz çevremizi görmemizi sağlayan duyu organlarımızdır. Varlıkların şeklini, büyüklüğünü, rengini ve yerini gözlerimizle algılarız. En hassas organlarımızdan olan gözlerimiz göz çukurunda bulunur. Böylece darbelere karşı korunmuş olur.



Göz Sağlığını Korumak İçin;

- Başkalarına ait havlu ve gözlükleri kullanmamalıyız.
- Kirli ellerle gözlerimize dokunmamalıyız.
- Çok yakından televizyon izlememeliyiz.
- Bilgisayar karşısında uzun süre durmamalıyız.
- Güneş'e çıplak gözle bakmamalıyız.
- Havuç, balık ve portakal gibi göz sağlığımıza iyi gelen yiyecekleri de bolca tüketmeliyiz.

İşitme Duyu Organımız Kulak



Çevremizdeki insanların, hayvanların, eşyaların ve pek çok varlığın çıkardığı sesleri kulaklarımız ile algılarız. Kulaklarımızın dışarıdan görünen bölümüne kulak kepçesi denir.

Kulaklarımız sayesinde sesin yönünü, şiddetini, uzaklığını anlarız.



Kulak Sağlığını Korumak İçin;

- Gürültülü ortamlardan uzak durmalıyız.
- Yüksek sesle ve uzun süre kulaklıkla müzik dinlememeliyiz.
- Kulaklarımızı temiz tutmalıyız.
- Kulaklarımızı sert ve sivri cisimler sokmamalıyız.
- Kulaklarımızı soğuktan korumalıyız.
- Şiddetli sesler duyduğumuzda ağızımızı açmalıyız.
- Kulağımızda ağrı, akıntı olduğunda veya işitme kaybı hissettiğimizde mutlaka doktora görünmeliyiz.

Koklama Duyu Organımız Burun



Burnumuz yardımıyla çevremizdeki farklı kokuları alabiliriz. Ocakta kaynayan yemeği, çiçeği, denizi ve daha pek çok varlığı kokusundan ayırt edebiliriz.

Grip olup burnumuz tıkalı olduğu durumlarda tattığımız yiyeceklerden yeterince lezzet alamayız. Bunun sebebi tat alma duyumuzun koku alma duyumuzla beraber çalışmasıdır.

Burnumuz aynı zamanda solunum organımızdır.

Koku alma duyumuz sayesinde bazı zamanlarda tehlikelerden de korunuruz. Örneğin herhangi bir yerde bir şey yandığı zaman kokusunu alırız ve yanan şeyi hemen söndürürüz.

Burnumuz ayrıca havayı süzer, ısıtır ve nemlendirir.

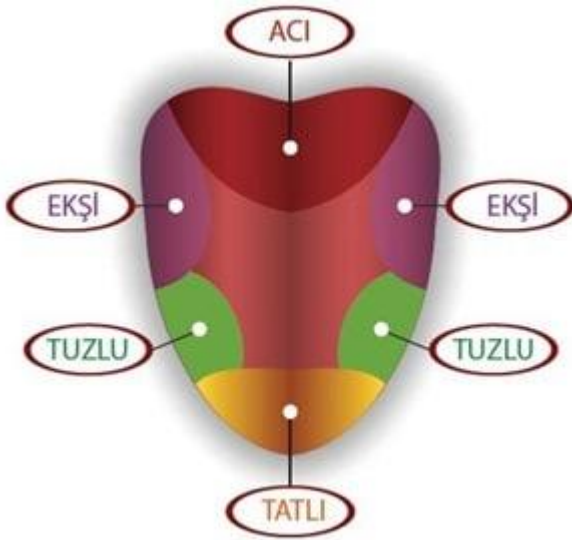


Burun Sağlığını Korumak İçin;

- Tozlu ve havasız ortamlarda bulunmamalıyız.
- Burnumuzu temiz tutmalıyız.
- Ne olduğunu bilmediğimiz maddeleri koklamamalıyız.
- Burun kıllarımızı koparmamalıyız.
- Burnumuza keskin ve sivri cisimleri sokmamalıyız.
- Burun kanamalarında burun deliklerinin üst kısmını hafifçe sıkmalıyız.
- Sigara içilen ortamlarda bulunmamalıyız.

Tatma Duyu Organımız Dil

Dilimiz sayesinde birbirinden farklı tatları ayırt edebiliriz.



Dilimiz üzerinde tat almaya yarayan tomurcuklar vardır. Bunlar; yediğimiz besinlerin acı, tatlı, ekőİ veya tuzlu olduğunu bize hissettirir. Dilimizin ucu **tatlı**, ucun hemen arkası **tuzlu**, dilin yanları **ekőİ** ve arkası da **acı** tatlara duyarlıdır.



Dil aynı zamanda besinleri çiğnemeye, yutmaya ve konuşmaya yardımcı olur.

Dil Sağlığını Korumak İçin;

- Ağız ve diő temizliğimize dikkat etmeliyiz.
- Çok soğuk ve çok sıcak gıdalar tüketmemeliyiz.
- Asitli ve gazlı içecekleri tüketmemeliyiz.

- Kesinlikle alkol ve sigaradan uzak durmalıyız.
- Ne olduğunu bilmediğimiz maddelerin tadına bakmamalıyız.
- Dilimizde kızarıklık, şişlik veya yara olması durumunda en kısa zamanda doktora gitmeliyiz.

Dokunma Duyu Organımız Deri



Derimiz sayesinde nesnelerin sıcak, soğuk, sert, yumuşak, pürüzlü, pürüzsüz olduklarını onlara dokunarak anlarız.

Derimiz vücudumuzu koruyucu bir örtü gibi kaplar. Derimizin dokunma ve hissetme dışında da birçok görevi vardır. Bunlardan bazıları terleme, vücudumuzu dış darbelere karşı koruması, mikropların vücuda girmesini önleme, su kaybını önleme, bizi Güneş'in zararlı etkilerinden korumadır.

Görme engelli insanların dokunma duyuları çok gelişmiştir. Çevrelerindeki birçok varlığı dokunma duyularıyla tanırlar. Ayrıca bu insanlar ellerindeki bastonla dokunarak yollarını bulurlar.

Deri Sağlığını Korumak İçin;



- Düzenli olarak banyo yapmalıyız.
- Vücudumuzu aşırı sıcak ve soğuktan korumaya çalışmalıyız.
- Kesici ve delici aletlerle oyun oynamamalıyız.
- Kimyasal maddeler ile temasta bulunmamalıyız.
- Güneş'in zararlı ışınlarından korunmalıyız.
- Derimizde şişlik, kızarıklık, yara, kaşıntı gibi durumlar olduğunda

cilt doktoruna gidip muayene olmalıyız