



التذوق



السمع



اللمس



البصر



الشم

الحواس هي وسائل الإدراك عند الإنسان فيها يتعرّف على الأشياء الخارجية ويميز بينها، ولها أهمية قصوى في حياتنا حيث لا يدرك قيمتها إلا من فقدوها، ومن هنا وجب المحافظة عليها ورعايتها من الأشياء التي قد تضر بها.

حاسة الشم:

تتم عملية الشم بواسطة الأنف عندما تلمس جزيئات صغيرة المنبعثة في الهواء أعصاب الشم داخل الأنف، فترسل هذه الأعصاب إشارة إلى المخ فيتعرّف على تلك الروائح ويميز رائحة العطور عن روائح الطعام أو الروائح الكريهة.

كيفية المحافظة على حاسة الشم:

- أتجنّب ادخال إصبعي داخل أنفي.
- يجب أخذ الحيطة والحذر عند التعامل مع المواد الكيميائية الخطرة بارتداء الأقنعة الواقية.

حاسة اللمس:

يلعب الجلد دور الوسيط مع العالم الخارجي الذي يحتك به، فبه يستطيع الإنسان تمييز الخشن من الناعم والسّاخن من البارد. ولحاسة اللمس أهمية بالغة حيث قد يسبب فقدانها فقدان الشعور بالاحتراق والألم مما يشكل خطرا على حياة الإنسان.

كيفية المحافظة على حاسة اللمس:

- تجنّب المكوث الطويل تحت أشعة الشمس.
- الاحتراس من الأجسام الساخنة أو الحادة كالسكاكين والإبر.



حاسة البصر:

تتم عملية الإبصار بواسطة العين التي تقوم بالتقاط كل الأجسام التي ينعكس عليها الضوء وتلتقطها القرنية لتنقلها إلى الدماغ الذي يقوم بتحليل الصورة.

كيفية المحافظة على حاسة البصر:

- لا تقترب كثيرا من شاشة التلفاز.
- تجنب الجلوس طويلا أمام شاشة الحاسوب أو التلفاز.
- قلل من استعمالك الهاتف الجوال.

حاسة السمع:

يمكن الإنسان من السماع بواسطة الأذن التي تلتقط الموجات الصوتية التي ينقلها الهواء داخل الأذن فينقلها بدوره إلى الدماغ فيميز الأصوات من بعضها.

كيفية المحافظة على حاسة السمع:

- تخفيض الأصوات الصاخبة وعدم استعمال السماعات الموسيقية لمدة طويلة التي قد تسبب ضررا للأذن.
- عدم إدخال أجسام حادة في الأذن.
- استعمال السماعات الواقية عند العمل في مكان به ضجة عالية.

حاسة الذوق:

يتذوق الإنسان الأشياء بواسطة اللسان، فيميز طعم الأشياء الحامضة من المالحة والحلوة والمرّة، وتتم عملية التذوق عن طريق تفاعل كيميائي بين خلايا اللسان الذي يرسل الإشارة لمستقبلات الدماغ.

كيفية المحافظة على حاسة التذوق:

- لا أتناول الأشياء ساخنة.

