



ΟΜΟΙΟΣΤΑΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΘΕΡΜΟΥΘΜΙΣΗΣ	
<p>1. ΟΤΑΝ Η ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΜΑΣ ΤΕΙΝΕΙ Ν' ΑΥΞΗΘΕΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 36,6°C</p> <p>Σ' ένα χώρο με θερμοκρασία πάνω από 36,6°C η θερμότητα από το περιβάλλον τείνει να προκαλέσει αύξηση της θερμοκρασίας του σώματός μας.</p> <ul style="list-style-type: none">• Οι θερμοϋποδοχείς του δέρματος μας ειδοποιούν τον εγκέφαλο με μηνύματα που αποστέλλουν στο κέντρο γενικών αισθήσεων του εγκεφάλου.• Το ειδικό κέντρο ρύθμισης της θερμοκρασίας με μηνύματα που αποστέλλει :<ul style="list-style-type: none">α) στους ιδρωτοποιούς αδένες προκαλεί έκκριση ιδρώτα καιβ) στα αγγεία της επιφάνειας του δέρματος προκαλεί διαστολή των αγγείων.• Τα αγγεία που έχουν διασταλεί φέρνουν μεγάλες ποσότητες αίματος προς την επιφάνεια του δέρματος η οποία έχει ψυχθεί εξαιτίας της εξάτμισης του ιδρώτα.• Το αίμα που φθάνει στα αιμοφόρα αγγεία του δέρματος ψύχεται και επιστρέφοντας με την κυκλοφορία στο εσωτερικό του οργανισμού μας αποτρέπει την αύξηση της θερμοκρασίας του.	<p>2. ΟΤΑΝ Η ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΜΑΣ ΤΕΙΝΕΙ ΝΑ ΜΕΙΩΘΕΙ ΚΑΤΩ ΑΠΟ 36,6°C</p> <p>Σ' ένα χώρο με θερμοκρασία κάτω από 36,6°C η θερμότητα που αποβάλλεται από το σώμα μας τείνει να προκαλέσει μείωση της θερμοκρασίας του σώματός μας.</p> <ul style="list-style-type: none">• Οι θερμοϋποδοχείς του δέρματος μας ειδοποιούν τον εγκέφαλο με μηνύματα που αποστέλλουν στο κέντρο γενικών αισθήσεων του εγκεφάλου.• Το ειδικό κέντρο ρύθμισης της θερμοκρασίας με μηνύματα που αποστέλλει :<ul style="list-style-type: none">α) στους ιδρωτοποιούς αδένες προκαλεί μείωση της έκκρισης ιδρώτα καιβ) στα αγγεία της επιφάνειας του δέρματος προκαλεί συστολή των αγγείων.• Τα αγγεία που έχουν συσταλεί φέρνουν μικρές ποσότητες αίματος προς την επιφάνεια του δέρματος.• Μείωση της εφίδρωσης συμβάλλει στην αποτροπή ψύξης του δέρματος και άρα μείωση της αποβολής της θερμότητας από το σώμα μας προς το περιβάλλον και έτσι αποτρέπει την μείωση της θερμοκρασίας του.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Ανόρθωση των τριχών όταν η θερμοκρασία τείνει να μειωθεί εγκλωβίζει ένα στρώμα αέρα που δρά θερμομονωτικά αποτρέποντας την απώλεια θερμότητας.
- Το τρεμούλιασμα (ρίγος) αποτελεί μεταβολική δραστηριότητα του μυϊκού ιστού η οποία παράγει μεγάλα ποσά θερμότητας για να διατηρήσουν σταθερή τη θερμοκρασία του σώματος για σχετικά μικρό χρονικό διάστημα.