

Hög smittorisk

Mitt under eftermiddagsfikat gäspar någon stort, och snart sitter halva gänget och kväver sina gäspningar. Varför smittar beteendet så lätt?

Mänsklig kommunikation

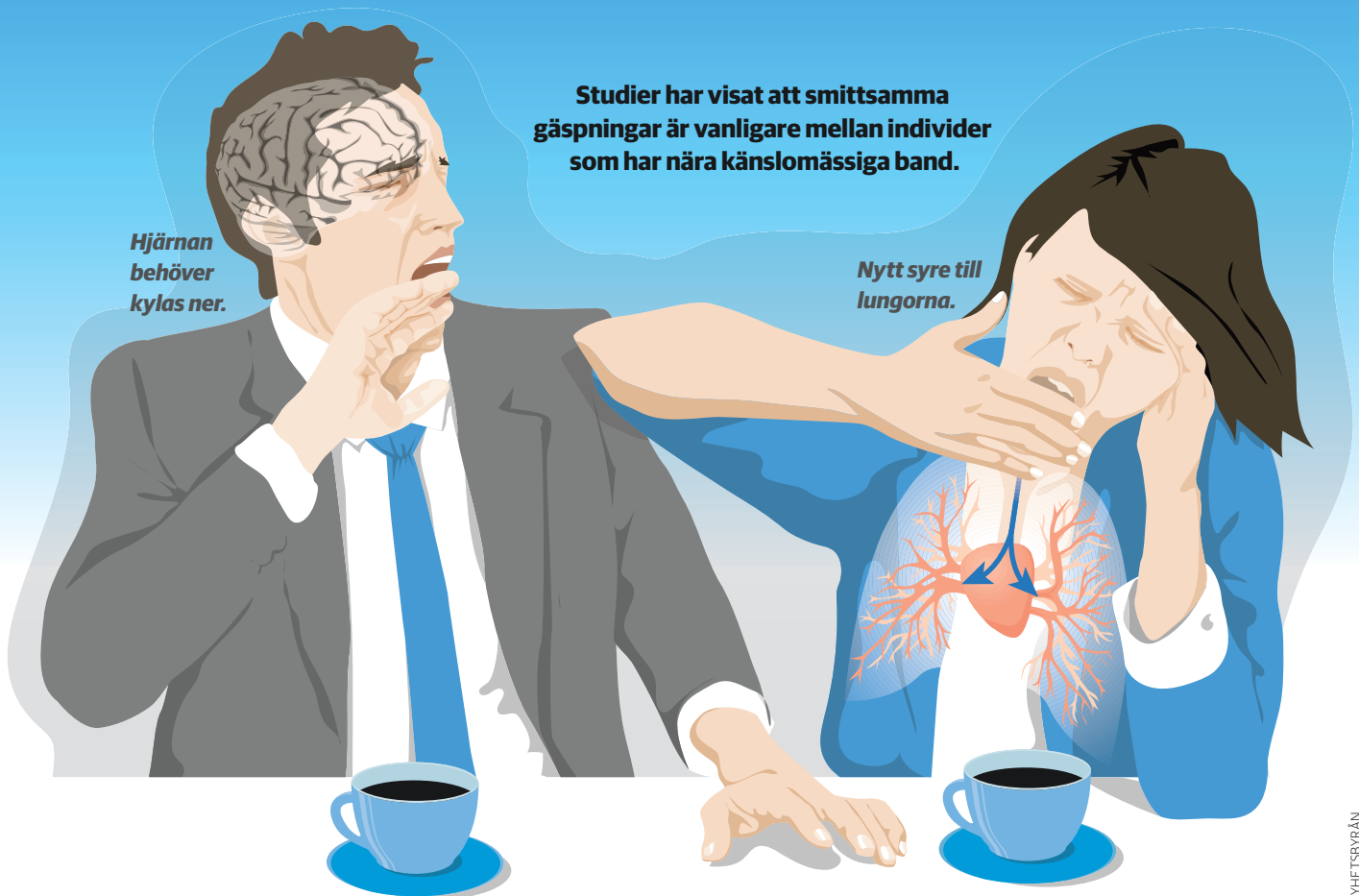
Gäspandet är en form av icke-verbal mänsklig kommunikation som vi har bevarat även efter att vi började kommunicera med ord. Det är vanligt att barn börjar smittas av gäspningar från 4-årsåldern, när barnets kognitiva förmågor utvecklats så pass att det börjar kunna läsa av andras känslor korrekt.

Djurbeteende

De flesta däggdjur gäspar, liksom tre månader gamla foster. Gäspning smittar även mellan människa-hund, mellan hundar och mellan vuxna schimpanser och babianer, visar forskning vid bland annat Lunds universitet.

Tecken på empati

Forskning vid Leeds universitet visar att de som har god empatisk förmåga lättare smittas av andras gäspningar. I deras studie framkom att psykologistudenter var mer empatiska och sympatigäspade mer än ingenjörstudenter. Personer med autistiska drag, som kan ha svårare att tolka andras ansiktsuttryck, smittas i lägre grad av andras gäspningar, enligt en japansk studie.



Hjärnan behöver kylas ner.

Studier har visat att smittsamma gäspningar är vanligare mellan individer som har nära känslomässiga band.

Nytt syre till lungorna.

Skyddar hjärnan mot värme

En annan delförklaring kan vara att vi gäspar för att skydda hjärnan från överhettning. Forskare har nämligen funnit att gäspningar smittar lättare när omgivningens temperatur är lägre än kroppens.

Mer luft i lungblåsorna

I Nationalencyklopedin beskrivs gäspning som "en reflektoriskt utlöst djup inandning med öppen mun". Den exakta orsaken är inte klarlagd men eftersom en gäspning gör att man får ner mer luft i lungblåsorna och sätter fart på blodflödet i kroppen är syrebrist en trolig orsak. När vi är trötta andas vi långsammare och får då i oss mindre syre. Ändå gäspar vi inte när vi tränar intensivt, så syrebrist är förmodligen inte hela sanningen.

Källor: *Animal cognition, Biology letters, Dagens Nyheter, Frontiers in neuroscience, Illustrerad vetenskap, Physiology & Behavior, Plos one m fl.*