

Latter: Faglig oppdatering om kropp og latter

HÅVARD

Jeg synes alltid det er greit å være litt faglig oppdatert før vi starter på et nytt tema. Så hva skjer med for eksempel hjernen når vi ler, Birthe?

BIRTHE

Noen forskere mener at vi opplever humor når hjernen kjenner igjen et mønster som den blir overrasket over. Når vi for eksempel ser bilder av en hund og en hundeeier og disse er veldig like, og hjernen oppdager denne likheten, vil den bli belønnet med følelsen av at det er morsomt.

Da sørger hjernen for at vi får mer endorfiner i kroppen. Endorfin er et hormon. Hjernen regulerer nivået av forskjellige hormoner i kroppen vår. Når vi ler øker nivået av endorfiner i kroppen vår. Endorfinene får oss til å føle mindre stresset, mer glad. Den får oss til å kjenne på mindre smerte. Endorfin blir kalt kroppens naturlige smertestiller.

HÅVARD

Hva skjer i musklene når vi ler?

BIRTHE

Ja, selv om vi slapper av når vi ler, er det mange muskelgrupper i kroppen som jobber. Alle musklene som er involvert i pustingens vår er aktive når vi ler. Ribbebeinsmusklene, mellomgulvet, magemusklene er aktive. Musklene i ansiktet, altså rundt øynene og munnen er også aktive.

HÅVARD

Hva skjer med hjertet når vi ler?

BIRTHE

Når vi ler begynner hjertet å slå litt fortere, og blodtrykket øker. Dette varer bare en liten stund. Etter vi er ferdige med å le, er det noen som mener at det motsatte skjer: hjertet og pusten blir roligere og blodet pumpes saktere rundt i kroppen. Hvis det stemmer, er det bra for kroppen vår å le.

HÅVARD

Er det bare mennesket av pattedyrene som ler?

BIRTHE

Det kan jeg ikke svare på. Eg aner ikke om dyr har humor. Jeg vet at det er få dyr som ler med lyd. Delfinene har en latterlignende lyd, hesten også. Latter har kanskje vært viktig i menneskets evolusjon. Det å kunne skille venn fra fiende.

Når du ser et ansikt, skjønner du fort om det er en person som vil deg vel eller ikke. Du ser raskt om en person smiler til deg og har en vennlig fremtoning, eller om en person ser sint ut.

Denne egenskapen, å skille venn fra fiende, kan ha vært viktig for menneskets overlevelse. Latter kan brukes til å vise at vi er venner. Biolog Dag Hessen sier til forskning.no grunnen til at mennesker ler med lyd kan være at latter med lyd kan høres av flere. Mennesket er et flokkdyr og latter kan signalisere til resten til gruppen at det ikke er fare på ferde.

HÅVARD

Hm... her var det mye enn jeg ikke har tenkt på før. Interessant!

BIRTHE

Ja, sant!