



## Warum gähnen wir?

Gähnen gehört beim Menschen sicher nicht zu den körperlichen Reaktionen, die wir schätzen. Meist wird es mit Müdigkeit und Langeweile in Verbindung gebracht – und gut aussehen tut es auch nicht wirklich. Doch nun scheint das Gähnen rehabilitiert: Wer länger gähnt, hat nämlich ein größeres Gehirn und mehr Nervenzellen in der Großhirnrinde. Eine umfangreiche Vergleichsstudie, in der auch unterschiedlichste Tierarten untersucht wurden, kommt zu dem Schluss, dass die Dauer des Gähnens mit der Komplexität des Gehirns in Zusammenhang steht. Fast alle Wirbeltiere gähnen: Sowohl Fische und Reptilien, als auch Vögel und Säugetiere. Wissenschaftler um den Evolutionspsychologen Andrew Gallup nehmen daher an, dass Gähnen eine tiefere Bedeutung hat. Gähnen könnte das Gehirn aus einem Ruhezustand zurückholen, es quasi aufwecken. Durch das tiefe Einatmen werde es durchblutet und gekühlt. Vergleichbar sei dies mit der Funktion, die das Dehnen für die Muskulatur hat. Unsere Muskeln werden mit Energie in Form von Glukose und Sauerstoff versorgt, wenn wir sie dehnen. Je komplexer das Gehirn sei, desto länger müsse man gähnen, um diesen Effekt zu erzielen.

(170 Wörter)

*(Christiane Sturz für: [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de) - in Anlehnung an: „Ich bin gar nicht so müde“ von Hildegard Kaulen, Frankfurter Allgemeine, Online-Ausgabe, 02112016 - <http://www.faz.net/aktuell/wissen/medizin-ernaehrung/bedeutet-gaehnen-tatsaechlich-das-menschen-muede-sind-14496597.html> und „Yawn duration predicts brain weight and cortical neuron numbers in mammals“ von Andrew Gallup et al., Biology Letters, 04102016 - <http://rsbl.royalsocietypublishing.org/content/12/10/20160545>)*