

HİPOKAMPUS: Tehdide verilen tepkiyi uzun süreli hafızaya yerleştirir

GÖZBEBEKLERİ: Genişler, tehlike işaretlerini görsel talamusa aktarmaya hazırdır

TÜKÜRÜK: Sindirim sistemi yavaşladıkça azalır

TİROİD BEZİ: Dinlenme halindeki metabolizma hızını artırır

AKCİĞER: Bronşçuklar, daha fazla oksijen alarak genişler

TÜYLER: Dikleşir

AMİGDALA: Merkezi ve otonom sinir sistemlerini, genel bir sistem alarmını tetikleyecek şekilde yönlendirir; aynı zamanda tehdidin anısını da kaydeder

HİPOTALAMUS: Organlardan gelen sinyalleri birleştirir, hipofiz bezini ve sinir sistemini tetikleyerek vücudun ana organ sistemlerinin harekete hazır olmasını sağlar.

HİPOFİZ BEZİ: Tirotropin ve adrenokortikotropin üreterek tiroid ve adrenal sistemi harekete geçirir.

KALP: Kan basıncı ve karp atış hızı aniden yükselir, beyin ve kaslar hazır yakıtla dolar

CİLT: Damarlar büzülür, üşüme ve terlemeye neden olur

DALAK: Kasılır ve olası fiziksel yaralanmalara hazırlık amacıyla, beyaz kan hücreleri ve trombosit pompalar.

MİDE ve GASTROİNTESTİNAL SİSTEM: Damarlar kanı kaslara yönlendirmek için daralır

MESANE VE BARSAKLAR: Şiddet içeren eyleme ve olası bir yaralanmaya hazırlık olarak içindekileri boşaltmaya hazırlanır

ADRENAL MEDULA: Kan dolaşım sistemini adrenalin ve noradrenalin ile doldurur, kan şekeri seviyesini yükseltir ve kan damarlarını daraltır.

KARACİĞER: Yükselen metabolizma hızına ayak uydurmak için anında enerji sağlamak üzere glikojeni parçalamaya başlar

KORKUNUN ANATOMİSİ

İlkel amigdala, bir tehdit algıladığında, saniyeler içinde genel bir alarm verir. Adrenal sistem vücudu derhal adrenalin ve stres hormonlarıyla doldurur. Zorunlu olmayan fizyolojik süreçler durur. Sindirim durur, cilt ürperir ve kan, acil müdahaleye hazırlık amacıyla kaslara yönlendirilir. Nefes sıklaşır, kalp atışları hızlanır ve kan basıncı fırlar, vücuda oksijen dolar; karaciğer ise hızlı yakıt olarak glikoz salgılar. Tüm vücut aniden yüksek alarm durumuna geçer, savaşmaya ya da kaçmaya hazırdır.

-JS