[**نقش فضای سبز و اهمیت آن در زندگی انسان**](http://www.ake.blogfa.com/post/1833/%D9%86%D9%82%D8%B4-%D9%81%D8%B6%D8%A7%DB%8C-%D8%B3%D8%A8%D8%B2-%D9%88-%D8%A7%D9%87%D9%85%DB%8C%D8%AA-%D8%A2%D9%86-%D8%AF%D8%B1-%D8%B2%D9%86%D8%AF%DA%AF%DB%8C-%D8%A7%D9%86%D8%B3%D8%A7%D9%86)

**نقش فضای سبز و اهمیت آن در زندگی انسان**

ریشه ارتیاط و علاقه انسان به گیاه از سالهای بسیار دور و شاید از دوران انسانهای اولیه نشأت می گیرد. در طول تاریخ استفاده از گیاه مسیر تكاملی و اشتقاق علمی گسترده أی داشته است. در این راستا از زمان مهاجرت قوم ماد به فلات ایران ، مردم این سرزمین همواره در توسعه فضای سبز و كاشت گیاهان كوشا بوده اند به طوری كه روزگاری ایران به نام كشور گل وبلبل شهرت داشت. متأسفانه در دوران اخیر در كشور ما گیاهان مورد بی مهری بسیار قرار گرفته اند، بدین جهت بالا بردن سطح آگاهیهای مردم در مورد فضای سبز و آشنایی با خواص گیاهان ضرورتی است كه مانع بروز فاجعه نابودی شهرها بر اثر آلودگی هوا و محیط زیست می گردد. به همین منظور اهمیت دادن به نقش فضای سبز در زندگی انسانها و ایجاد علاقه بیشتر به درخت وگل وچمن در وجود هركس امری است بسیار مهم كه در اینجا به طور اختصار به مواردی از آن اشاره می شود كه امید است علاقه و تفكر بیشتری را برانگیزد و هركس بتواند مشوقی دلسوز برای ایجاد فضای سبز در محیط زندگی خود باشد:

۱) جذب پرتوها

دو دسته از پرتوهای خورشیدی تأثیرات چشمگیری بر بدن انسان و سایر جانداران باقی می گذارند. یكی از آنها پرتومادون قرمز و دیگری پرتو ماوراء بنفش است.

احساس آرامشی را كه انسان در سایه، به ویژه در سایه یك درخت احساس می كند تا حدی مربوط می شود به جذب پرتوهای مادون قرمز خورشید توسط درخت(نا گفته نماند كه كه پرتوهای مادون قرمز با طول موج بلند خود خاصیت گرمازایی دارند) و مقداری نیز به دلیل جذب پرتوهای ماوراء بنفش صورت می گیرد . امروزه تأثیرات پرتو ماوراء بنفش بربافت سلولی گیاهان و جانوران و همچنین خاصیت گندزدایی آن بخوبی روشن شده است بنابراین نقش درختان در حمایت از انسان و سایر جانداران در برابر آفتاب سوزان به خوبی روشن می شود.

۲) جذب گرد و غبار

درختان به سبب پراكندگی شاخ و برگ خود بر تمام زوایا و سطوح، همچون یك گردگیر عمل می كنند. اگر درخت را به دقت نظاره كنیم می توانیم تنه آن را به جای دسته و شاخ و برگ آن را به جای پرهای روی یك گردگیر معمولی كه در خانه بكار گرفته می شود ، تصور كنیم.

با این ویژگی ، درختانی كه در خاك ثابت مانده اند به منزله یك گردگیر كاشته شده در زمین نقش خود را ایفا می كنند.طی بررسیهای بعمل آمده یك هكتار از فضای سبز كه حدوداً ۲۰۰ درخت در آن كاشته شده باشد تا ۶۸ تن از گرد و غبار را در هر بارندگی در خود جذب می كند.كاملاً واضح است كه با وجود چنین درختانی زدودن ۶۸ تن گرد وغبار ، رایگان خواهد شد در صورتیكه بدون این درختان باید هزینه بسیاری را برای این كار اختصاص داد.

۳) تولید اكسیژن

هوای مورد نیاز انسان در روز حدود۱۵ كیلوگرم است. درحالی كه جذب غذای مورد احتیاج وی به آب ۵/۱ كیلوگرم و غذا ۵/۲ كیلوگرم می باشد.از این مقدار هوای سالم كه به بدن انسان وارد می شود ۷۸ درصد آن را نیتروژن و ۲۱ درصد آن را اكسیژن تشكیل می دهد. گازهای دیگر مانند گاز كربنیك، نئون و هلیوم به همراه اكسیدهای ازت و گوگرد مقدار بسیار ناچیزی از وزن هوا را تشكیل می دهند.مثلاً گاز كربنیك ۰۳ %گاز كربنیك سریعاً به مرگ انسان منتهی می شود. تأكید می شود كه مقدار زیادی از اكسیژن آزاد شده در طبیعت از طریق فضای سبز تولید می گردد. حال اگر درخت و فضای سبزی وجود نداشته باشد مشكل انسان در رابطه با وجود گازكربنیك در هوا و كمبود اكسیژن به خوبی نمایان می شود.علفها و چمنزارها اگر چیده و كوتاه نشوند سطح سبز زیادی را به وجود می آورند مثلاً یك متر مربع چمن چیده(بریده) شده به ارتفاع ۳-۵ سانتیمتر دارای ۶تا۱۰ مترمربع سطح سبز می باشد.در صورتی كه همین چمن در حالت كوتاه نشده در هر متر مربع دارای ۲۰۰متر مربع سطح سبز است.براساس این محاسبه تنها ۵/۱ مترمربع چمن كوتاه نشده میتواند به اندازه یك انسان در یك سال اكسیژن تولید كند.

۴) تولید فیتونسید:

بررسیهای دانشمندان علم محیط زیست نشان می دهد كه درختانی مانند گردو،كاج ، نراد،بلوط ، فندق، سروكوهی،اكالیپتوس،بید،افرا،زبان گنجشك و داغداغان از خود ماده ای به نام فیتونسید در فضا رها می سازند كه برای بسیاری از باكتریها و قارچهای تك سلولی و برخی از حشرات ریز اثر كشندگی دارد.در عین حال تولید چنین موادی توسط درختان برروی انسان اثر فرح بخشی دارد. دلیل این امر را دانشمندان چنین بیان می كنند:مغز انسان از دو نیمكره چپ و راست تشكیل شده است.نیمكره راست در تنظیم احساس غریزی و طبیعی انسان مانند احساس محبت،خواب و نیازهای دیگر طبیعی نقش دارد.در حالی كه نیمكره چپ كار به نظم كشیدن كارهای مكانیكی انسان مانند تنظیم وقت و سروقت حاضر بودن را بعهده دارد. انسان شهرنشین به دلیل درگیری در كارهای روزمره و شرایط محیط زیست شهری به مراتب كار بیشتری از نیمكره چپ خود می كشد كه ایت امر موجب اختلال بین دو نیمكره مغز و در نتیجه عملكرد طبیعی مغز انسان می گردد.دانشمندان پی برده اند كه درختان به سبب رهاسازی مواد شبیه فیتونسید می توانند تعادل بین دو نیمكره مغز را به خوبی برقرار ساخته و حالت طبیعی و آرام بخشی را به انسان ارزانی دارند.بنابراین نقش آرامبخشی درختان و فضای سبز به خوبی نمایان می گردد.

۵) تعدیل آب و هوا:

درختان با تعریق و تعرق خود نقش حساسی در كاهش دمای میكروكلیما و افزایش رطوبت نسبی هوا ایفا می كنند.دمای یك هكتار فضای سبز در مرداد ماه تا ۵/۴ درجه كمتر از فضای مجاور خالی از درخت است.و به همین نحو رطوبت نسبی درون یك فضای سبز تا۱۱% بیش از محیط خارج اندازه گیری شده است.با تعدیل دو پارامتر یاد شده ،فضای سبز، میكروكلیمایی به وجود می آورد كه آسایش فیزیكی مناسبی برای زیست انسان در پی دارد.

۶) موثر در كاهش آلودگی صدا:

در حالی كه آلودگی هوای تهران یا آلودگی جویهای سیاه رنگ و گندیده قابل رؤیت می باشد،بسیاری از شهروندان تهرانی جنجال هیاهوی اطراف خود را آگاهانه یا ناخودآگاهانه نادیده گرفته و آن را جزئی تفكیك ناپذیر از زندگی شهری می دانند. صدای گوش خراش فروشندگان دوره گرد با بلندگو، موتورسواران با سروصدا در هر ساعت از روز،اتومبیلها با اگزوز ناقص و بوق زدنهای بی مورد،مته های مختلف جهت كندن و لوله گذاری و با آسفالت خیابانها ، صدای بلندگوهای گوناگون ، فضای شهررا با آلودگی صوتی ،آلوده می سازند.

باید توجه كرد كه عادت به نوعی آلودگی دلیل برمصونیت در مقابل آن نیست بلكه عادت به معنای كاهلی ، و هرچه بیشتر مستهلك شدن و غرق شدن در آلودگی است.اخطاریه اتحادیه پزشكان مبنی برآلودگی صوتی را باید جدی تلقی كرد. هرصدای نا خواسته ای كه به گوش انسان برسد آلودگی صوتی محسوب می شود و حتی صدای موسیقی ملایمی كه به طور نا خواسته از خانه همسایه به گوش برسد آلودگی صوتی به حساب می آید زیرا خود مخل آسایش فرد است.عكس العمل انسان در برابر صدا بستگی به عوامل ذهنی مثل شدت صدا ، فركانس صدا و به عوامل عینی مانند مقبولیت یا عدم مقبولیت فرستنده صدا دارد.صداهای ملایم عكس العملهای خاصی را در انسان پدید می آورد هنگامی كه شدت صدا به ۷۰ یا ۸۰ دسی بل می رسد تأ ثیرات سر وصدا می تواند ایجاد كری موقتی یا دائمی كند،و آن در حالی است كه سلولهای گیرنده گوش به طور شدیدی در معرض صدا قرار گیرند.این تأثیرات بر انسان به طور مستقیم صورت می گیرد.تآثیرات غیر مستقیم صدای ناخواسته بر انسان غیر قابل لمس است.بی خوابی ،پاره شدن افكار ،كم حوصلگی ،عصبی بودن ، بروز بیماریهای روانی ، از عوارض صداهای ناخواسته است.

سبك شدن خواب ـ كاهش زمان خواب عمیق كه جزء آلودگیهای ناخودآگاه هستند.كاهش مدت رویا ـ پریدن از خواب بر اثر صداهای ناهنجار كه آلودگی آگاه شمرده می شوند.واكنشهای فوق به وسیله آلودگی صوتی معادل ۴۰-۵۰ دسی بل ایجاد می شود و حاصل این واكنشها بدون تردید ، كاهش بازده قدرت فكری و جسمی را در پی دارد.

● به علاوه واكنشهای اعصاب گیاهی انسان نیز به نسبت آلودگی متفاوت است:

۱) كاهش ضربان قلب و ناراحتی در آهنگ قلب و چرخه خون(افزایش احتمال سكته قلبی

۲) واكنشهای ناشی از فشار عصبی،در نتیجه تولید بیش از حد هورمون فرار آدرنالین و هورمون حمله آدرنالین می گیرد.

۳) دگرگونی آهنگ تنفس و نبض

۴) كاهش گرمای پوست

۵) كاهش واكنش مقاوم به صوت

۶) تنگی عروق

۷) اختلال در نظم متابولیسم بدن

۸) آلودگی صوتی غیرقابل تحمل كه خود موجب انحراف سیستم اعصاب گیاهی و حركتی شده كه در نتیجه این اختلال بر كل بدن مؤثر است.این جریان موجب بروز یك سلسله واكنشهای احساسی می گردد.مانند اختلال در حركت معده پیدایش تومور در معده و روده ، درد اعضاء درونی به صورت كنش و پیچش.

● رابطه بین سروصدا و سرطان:

براساس تازه ترین مطالعات انجام شده توسط پژوهشگران فرانسوی ، بین سر و صدا و بیماری سرطان در انسان رابطه ای نزدیك وجود دارد.این مطالعات جدید و نتایج حاصل از آن در آخرین شماره مجله فرانسوی(پاری ماچ) درج شده است.در آنجا آمده است:سروصدای شدید و تكرار آن باعث تضعیف عمومی مصونیت بدن انسان و در نتیجه تضعیف مقاومت وی در مقابل بیماریهای خطرناك می شود. بر اساس این مطالعات ، سروصدای زیاد بر ساختار هورمونهای بدن انسان تأثیر منفی می گذارد و باعث اخلال در كار آنها و سپس سرطان هورمون می شود.

●نقش گیاهان در كاهش آلودگی صدا:

امروزه دانشمندان ثابت كرده اند كه درختان و درختچه های می توانند در كاهش آلودگی صدا مؤثر باشند اگرچه خود صدا ممكن است رشد گیاه را به مخاطره می اندازد. كاهش رشدی در حدود۴۱% دریك مزرعه توتون كه در معرض صدای شدید قرار گرفته ، دیده شده است. به هر حال كیفیت كاهش صدا در درختان و درختچه های مختلف برحسب اندازه برگ ، تراكم شاخ و برگ ، نوع و بلندی درخت تفاوت دارد.

با آزمایشهایی كه به عمل آمده دیده شده كه درختان و فضای سبزی كه درحاشیه خیابانها ایجاد شده است اثركاهندگی بیشتری نسبت به دیوارهای صداگیرپیش ساخته و مصالح ساختمانی دارند.با این حساب نقش فضای سبز در كاهش آلودگی صوتی و كاهش هزینه های ساختمانی (دوجداره شدن پنجره ها و دیوارهای بلند) و زیبایی شهر كاملاً مشخص می شود.

[WWW.AKE.BLOGFA.COM](http://www.ake.blogfa.com/)       [WWW.AKE.BLOGFA.COM](http://www.ake.blogfa.com/)          [WWW.AKE.BLOGFA.COM](http://www.ake.blogfa.com/)