



Представьте, что вы проснулись утром и решили, что прекратите говорить лет на 20 — с вашим телом в этом случае произойдут некоторые изменения. Отметим, что мы говорим о преднамеренном, осознанном отказе от речи здорового человека, которое принципиально отличается от патологических состояний вроде дизартрии, дисфонии и афонии.

Процесс фонации, или производства речи, начинается в мозге, протекает через гортань и заканчивается в резонирующих полостях горла, рта и носа. Изменение одной из этих частей повлечёт за собой изменение голоса. Не менее важны расположенные в гортани голосовые связки — две полосы гладких мышц друг напротив друга.

Когда вы решаете что-то сказать, мозг даёт голосовым связкам сигнал притянуться друг к другу, и воздух из лёгких при этом проходит между ними благодаря диафрагме — мышцам, расположенным ниже лёгких. Это заставляет голосовые связки вибрировать, и вибрации производят звук, который модулируется резонирующими полостями горла, носа и рта.

Певцы обязаны своим сильным и красивым голосам годами вокальных упражнений — они тренируют необходимые для фонации мышцы подобно тому, как атлеты тренируют мускулатуру. Отказ от использования этих мышц при этом вовсе не означает, что вы онемеее — изменения в голосе и мышцах для фонации, конечно, произойдут, но не слишком значительные. Возможно, возникнут некоторые сложности с голосовым контролем, но полной атрофии мышц не случится.

Что касается неврологических изменений в мозге, то тут дело обстоит немного хуже: если вы можете использовать телесные функции, но по каким-то причинам не делаете

Что с вами произойдёт, если вы решите не разговаривать очень долгое время

Автор: Надо.ua
25.04.2014 16:38

этого, то произойдёт частичная атрофия связанных с ними областей мозга — снизится количество нейронов, нужных для выполнения конкретной задачи. Если вы прекратите говорить, то число активных или потенциально активных нейронов для этого процесса станет меньше, потому что задействованные в процессе речи нейроны будут использованы мозгом для других задач.

Наиболее яркие примеры такого рода нервной реорганизации происходят, когда функция утрачена полностью. Если вы потеряете, например, зрительный нерв, нейроны, ответственные за зрение, начнут содействовать другим когнитивным функциям — это является одной из причин, почему слепые люди прекрасно слышат.

[Источник](#)