

Psikoneuroimmünoloji Nedir?

Çalışma Kağıdı

Psikoneuroimmünoloji, stres, duygular ve düşünceler gibi psikolojik faktörlerin sinir sistemi aracılığıyla bağışıklık sistemini nasıl etkilediğini ve bunun sonucunda ortaya çıkan fizyolojik değişiklikleri araştırır.

Sorular

1. Aşağıdakilerden hangisi psikoneuroimmünolojinin temel ilgi alanlarından biridir?

- A) Yalnızca beyin fonksiyonlarını incelemek
- B) Yalnızca bağışıklık sistemi hastalıklarını sınıflandırmak
- C) Psikolojik durumların bağışıklık sistemi üzerindeki etkilerini anlamak
- D) Sadece sinir sistemi hastalıklarının tedavisi

2. Kronik stres durumunda vücutta hangi hormonun salınımı artar ve bağışıklık sistemi üzerinde nasıl bir etkisi olabilir?

- A) Serotonin, bağışıklığı güçlendirir
- B) Dopamin, bağışıklığı baskılar
- C) Kortizol, bağışıklığı baskılayabilir
- D) Melatonin, bağışıklığı uyarır

3. Sosyal destek, psikoneuroimmünolojik süreçlerde hangi rolü üstlenebilir?

- A) Stresi artırarak bağışıklığı zayıflatır
- B) Stresle başa çıkmayı kolaylaştırarak bağışıklık sistemini koruyabilir
- C) Doğrudan beyin hücrelerini öldürür
- D) Sadece inflamatuvar yanıtları tetikler

4. Kronik stresin bağışıklık sistemi üzerindeki etkileri nelerdir?

5. Sosyal destek, sağlık üzerinde nasıl bir rol oynar?

6. Depresyon ve bağışıklık sistemi arasındaki ilişki nedir?

7. Tanımla: Psikoneuroimmünoloji (PNI) nedir?

8. Tanımla: PNI'nin temel bileşenleri nelerdir?

9. Tanımla: Stresin PNI üzerindeki etkisi nasıldır?

Cevap Anahtarı

1. C) Psikolojik durumların bağışıklık sistemi üzerindeki etkilerini anlamak — Psikoneuroimmünoloji, psikolojik süreçlerin, sinir sisteminin ve bağışıklık sisteminin birbirleriyle olan karmaşık etkileşimlerini bütüncül bir yaklaşımla ele alır.
2. C) Kortizol, bağışıklığı baskılayabilir — Kronik stres, HPA eksenini aktive ederek kortizol salınımını artırır. Yüksek kortizol seviyeleri bağışıklık fonksiyonlarını baskılayabilir.
3. B) Stresle başa çıkmayı kolaylaştırarak bağışıklık sistemini koruyabilir — Güçlü sosyal destek, stresin olumsuz etkilerini azaltarak bağışıklık sisteminin dengesini korumaya yardımcı olabilir.
4. Kronik stres, hipotalamus-hipofiz-adrenal (HPA) eksenini aktive ederek kortizol salınımına neden olur. Yüksek kortizol seviyeleri, bağışıklık hücrelerinin fonksiyonunu baskılayarak enfeksiyonlara ve hastalıklara karşı direnci azaltabilir. Ayrıca, inflamatuvar yanıtları artırabilir.
5. Güçlü sosyal destek ağları, bireylerin stresle daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olur. Bu durum, HPA ekseninin aşırı aktivasyonunu engelleyebilir ve bağışıklık sisteminin daha dengeli çalışmasını sağlayabilir. Sosyal bağlar, olumlu duygusal durumları teşvik ederek inflamasyonu azaltmaya da katkıda bulunabilir.
6. Depresyon, inflamatuvar süreçlerle yakından ilişkilidir. Depresif bireylerde pro-inflamatuvar sitokin seviyeleri genellikle daha yüksektir. Bu durum, bağışıklık sisteminin düzensiz çalışmasına ve çeşitli hastalıklara yatkınlığın artmasına yol açabilir.
7. Zihin, sinir sistemi ve bağışıklık sistemi arasındaki etkileşimleri inceleyen bilim dalı.
8. Psikolojik süreçler (duygular, düşünceler, stres), sinir sistemi (beyin, nörotransmitterler) ve bağışıklık sistemi (hücreler, sitokinler).
9. Stres, sinir sistemi aracılığıyla bağışıklık sistemini baskılayabilir veya aşırı uyarabilir.

Bounlu

Tüm kartlar, adım adım çözümler ve AI hoca desteği Notek uygulamasında.
Sınav tarihlerini Promy otomatik hatırlatıcıya çevirir.