

## การจำศีลของสัตว์ในฤดูหนาว

เมื่อย่างเข้าสู่ฤดูหนาว สิ่งมีชีวิตต่าง ๆ บนโลกเริ่มตื่นตัวต้อนรับการเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล เช่นมนุษย์เราก็เริ่มที่จะตระเตรียมเสื้อผ้าเพื่อให้ร่างกายอบอุ่น สำหรับสัตว์หลาย ๆ ชนิดก็เตรียมตัวเข้าสู่ “ภาวะจำศีล ”

การจำศีล คือ การพักผ่อนระยะยาวของสัตว์ในฤดูหนาว ซึ่งส่วนมากจะเป็นสัตว์ในป่าโลกหนึ่ง ทั้งสัตว์เลื้อดเย็น เลือดอุ่น รวมทั้งสัตว์เลี้ยงคลาน แมลง และนกบางชนิด อาทิ หมี แบดเจอร์ เม่น ดอร์มาส (หมูชนิดหนึ่ง) กบ ปลา เป็นต้น เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตได้ตลอดฤดูหนาวที่ยาวนาน โดยการสะสมอาหารไว้ล่วงหน้าให้เพียงพอ ตลอดระยะเวลาที่มันจำศีล พร้อมแสวงหาที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยป้องกันลมและหัตถรุที่จะมาบกรวน เมื่อเตรียมทุกอย่างพร้อมแล้ว พากมันก็จะเข้าสู่ภาวะจำศีล แต่ใช่ว่าสัตว์จำศีลทุกตัวจะเตรียมตัวพร้อมก่อนหน้าหน้าเสมอไป ถ้าตัวไหนไม่พร้อมอาจจะตายได้ระหว่างการจำศีลที่ยาวนานนี้ด้วย



การเข้าสู่ภาวะจำศีล สัตว์เหล่านั้นจะนอนนิ่งๆ หากมองผิวเผินคล้ายกับว่ามันตาย แต่ช่วงนี้เองที่ร่างกายมีการปรับระบบสิริระ เช่น ถ้าอุณหภูมิภายนอกลดลง มันก็จะปรับตัวทางสิริระด้วยการลดอัตราเมtabolismลงอุณหภูมิในร่างกายของมันก็จะลดลงจากปกติให้ใกล้เคียงกับอุณหภูมิภายนอก การหายใจและอัตราการเต้นของหัวใจก็จะช้าลง จากปกติการเต้นของหัวใจประมาณ ๒๐๐-๔๐๐ ครั้งต่อนาที แต่เมื่อมันเข้าสู่ภาวะจำศีลอัตราการเต้นของหัวใจจะลดลงเหลือเพียง ๕-๕ ครั้งต่อนาที

การที่สัตว์จำศีลต้องอยู่นิ่ง ๆ นั้น เพราะเป็นการลดการใช้พลังงานที่มีอยู่อย่างจำกัด แล้วหันมาใช้พลังงานที่พากมันสะสมเอาไว้ในไขมันใต้ผิวหนัง สัตว์บางชนิดจะจำศีลโดยการตื่นขึ้นมาเป็นครั้งคราวเพื่อกินอาหารที่พากมันเตรียมเอาไว้แล้วเคลื่อนไหวตัวเล็กน้อยต่อจากนั้นจะกลับคืนสู่ภาวะจำศีลอีกครั้งจนกว่าฤดูหนาวจะผ่านพ้นไปและเมื่อความหนาวเย็นผ่านพ้นไปแล้ว ก็ถึงเวลาที่สัตว์เหล่านั้นจะตื่นขึ้นมาพร้อมกับการดำเนินชีวิตตามปกติต่อไป

