

# Akvaryum Balıklarının Önemi

- İçinde tek bir balık barındıran cam kavanozlardan, dikkatle tasarlanmış destek sistemlerine sahip ve karmaşık ekosistemleri taklit etmeye çalışan büyük boyutlardaki akvaryumlara kadar çeşitli boyutlarda akvaryum bulunur.
- Akvaryumda yaşayan canlılar sıklıkla doğadan toplansa da akvaryum ticareti için özel olarak yetiştirilen canlıların sayısı da gün geçtikçe artmaktadır.

## • **Niçin Akvaryum Alırız?**

- Eğlenceli bir hobi
- Öğretici olması
- Dinlendirici özelliđi (Strese çözümlması)
- Ev ya da ofiste her zaman büyüleyici bir görünüm
- Sağlık açısından faydalı olması (hava nemini artırması)

- **Akvaryumun faydalarını sıralayacak olursak;**
- **Stresi azaltır**
- Akvaryumda o sevimli küçük balıkların yüzmelerine her gün bir kaç dakika bakılması halinde, önemli ölçüde stres seviyesinin azaldığı belirlenmiştir.
- **Anksiyeteyi azaltılır**
- Çalışmalar sadece balıkların yüzmelerini izleyerek önemli ölçüde, anksiyetenin azaldığı, bu durumun hipnoza benzer bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

- **Çocukları yatıştırır**

- Çalışmaların birçok hiperaktif çocukların etrafında bir balık akvaryumu varken sakinleşme eğilimi gösterdiği belirlenmiştir. Ayrıca, daha iyi uyudukları ve ışıklar kapalı olduğunda daha güvenli hissettikleri saptanmıştır.

- **Çocukları meraklı yapar**

- Akvaryumların, çocukları daha meraklı yaptıkları, aynı zamanda onlara son derece eğlenceli geldiği ve onların yaban hayatı hakkında ve genel olarak doğa hakkında daha fazla bilgi edinmelerini teşvik ettiği belirlenmiştir.

- **Kişisel verimliliği artırır**
- Bir akvaryumun iş yerinde sağlık açısından pek çok yararı bulunmaktadır.
- Çalışmalar ofiste bir akvaryumun bulunması kan basıncını azalttığı, stres seviyesini düşürdüğü, böylece çalışanların daha üretken olduğu, işine daha motive olduğu ve daha yaratıcı olduğu söylenmektedir.

- **Alzheimer hastalarına yardımcı olur**
- Alzheimer Hastalığından muzdarip yaşlıların bir akvaryuma sahip olmasının birçok yararının olduğu, onları sakinleştirdiği, mutlu ettiği, saldırgan tutumlarını azalttığı söylenmektedir.
- **Ağrıları azaltabilir**
- Çoğu tıbbi ofislerde ve diş kliniklerindeki bekleme odasında bir akvaryumun varlığı, sadece dekoratif amaçlı olmadığı diş hastalarının dental işlemler sırasında daha az ağrı yaşadığı, dolayısıyla daha az ağrı kesici kullanıldığı kanıtlanmıştır.

- **Daha iyi uyku almaya yardımcı olur**
- insanların stres düzeylerini azaltarak kendilerini daha sakin hissetmelerini sağlayacak, tüm bu endişeler ve gün boyunca biriktirilen tüm bu olumsuz düşüncelerin unutulması sağlanacaktır.
- **Yaşam ortamını nemlendirir.**
- İnsan sağlığı için sağlıklı yaşam ortamı %35 ile %50 (ortalama %45) nem içermelidir. Nem oranı %30'un altına indiğinde burun, solunum yolu gibi organların yüzeyleri kurur. Özellikle, burun ve boğaz kuruluğunu hissedebilirsiniz.