

Shenghuo
Aomi Da-Paxian

生活奥秘大发现



纸上魔方 / 编绘

不可思议的人体奥秘

Bukesiyi De Renti Aomi

啊，原来人体隐藏了这么多的秘密！

纸上魔方系列丛书

天津古籍出版社

Shenghuo
Aomi Dafaxian


生活奥秘大发现



纸上魔方 / 编绘

不可思议的人体奥秘

天津出版传媒集团

 天津古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

不可思议的人体奥秘 / 纸上魔方编绘. -- 天津 : 天津古籍出版社, 2013.7

(生活奥秘大发现)

ISBN 978-7-5528-0149-1

I. ①不… II. ①纸… III. ①人体—少儿读物

IV. ①R32-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第120501号



生活奥秘大发现
不可思议的人体奥秘
纸上魔方/编绘

*

天津古籍出版社出版
(天津市西康路35号 邮编300051)

<http://www.tjabc.net>

北京富达印务有限公司
全国新华书店发行

开本710×1020毫米 1/16 印张 8.25
2013年10月第1版 2013年10月第1次印刷

ISBN 978-7-5528-0149-1

定价：19.80元

前言

小藻球是怎样净化污水的呢？含羞草可以预报地震吗？卷柏为什么又叫九死还魂草呢？你见过能预测气温的草吗？什么是臭氧层？为什么水开后会冒蒸汽？混凝土车为什么会边走边转呢？仿真汽车是汽车吗？青春期的女孩很容易长胖的吗？我为什么长大了？多吃甜食有好处吗？为什么不能空腹吃柿子？没有炒熟的四季豆为什么不能吃？发芽的土豆为什么不能吃？……生活中有太多令孩子们好奇而又解释不了的问题。别急，本套丛书内容涵盖了人体、生活、生物、宇宙、气候等各个知识领域，用最浅显通俗的语言、最幽默风趣的插图，让小朋友们在轻松愉悦的氛围中提高阅读兴趣，不断扩充知识面，激发孩子们的想象力。相信本套丛书一定会让孩子及家长爱不释手。

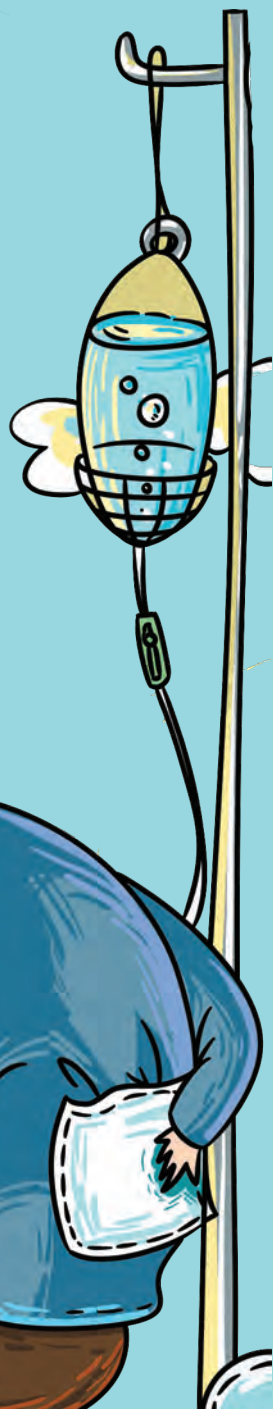
让我们现在就出发，一起到科学的王国探秘吧！

用心发现，原来世界奥秘无穷！



目录

- 头发上落下的“雪花” / 1
- 眼皮跳，能预测吉凶吗？ / 9
- 让人欢喜让人忧的“痛苦激素” / 16
- 小小鼻子作用大 / 22
- 鼻屎和它的前身 / 28
- “十人九痔”为哪般 / 36
- 身体散出的臭味 / 43
- 胃的自我保护 / 50
- 嗝声打不停 / 58
- 痰，请不要随便吐！ / 64
- 耳屎的功与过 / 70
- 梦游很可怕吗？ / 77



毛孩的秘密 / 82

脚气来袭 / 86

小胖子，快减肥 / 94

“离不开”的疼痛 / 101

不偏食，身体好 / 107

“金津玉液” / 112

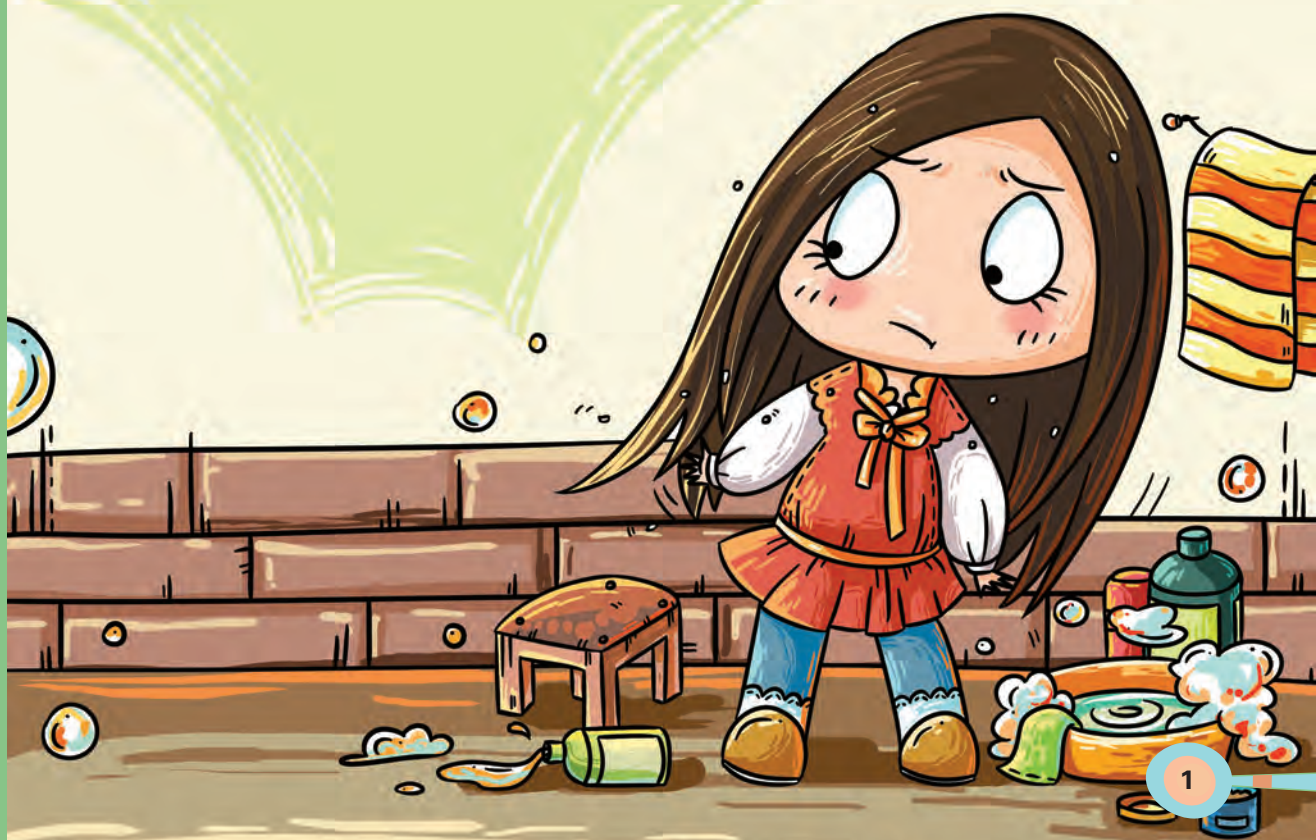
长在身体上的“身份证” / 118






说起来，头皮屑在我们的生活中司空见惯，正常人的头上都有头皮屑，小朋友的头上也有哦！

想想看，一个原本漂亮潇洒的人，头发上和肩膀上却散落着许多雪花般的头皮屑，看起来既不干净，又不雅观，实在是碍观瞻。因此，很多人都为头皮屑感到烦恼，也想了很多办法去消灭头皮屑。






为了更好地消灭头皮屑，我们先来了解一下头皮屑到底是什么东西，它们又是从哪里来的。

我们的皮肤，是由表皮和真皮两个部分组成的。表皮在皮肤最外面，表皮的最外面一层就是角质层。角质层的细胞会经常更换，旧的死去并脱落掉，再长出新的来。我们每天都要洗手、洗脸等，不等我们看到脱落的角质层，它们就被洗掉了。

头皮就是头上的皮肤，头皮角质层的细胞也会经常更换。那些“死去”的旧细胞和皮脂腺分泌的皮脂混合起来。就组成了头皮屑。我们一般不会天天洗头，所以头皮屑会慢慢堆积起来，当堆积到一定程度，就会出现让人尴尬的情形了。


秋天来了，天气明朗凉爽，可烦人的头皮屑怎么突然增多了？事实上，在



一般情况下，人们在秋天和冬天头皮屑增多，是正常的现象。

人的头皮中有许多汗腺和皮脂腺，汗腺分泌的汗液，皮脂腺分泌的皮脂，都可以滋润头皮和头发。到了秋天和冬天，天气渐渐变冷，人便很少出汗，头皮和头发会变得很干。秋冬季节气候干燥，皮脂腺不喜欢这种天气，开始消极怠工，分泌的油脂很少。这样会导致角质层的细胞不能得到很好的滋润，日子就难过了，于是大量死去，脱落的速度加快了，头皮屑也就跟着多了起来。

而在夏天，天气又热又潮湿，人们出汗很多，皮脂腺分泌的皮脂也很多，所以角质层脱落的速度比较慢，头皮屑便少了很多。



如果你几天不洗头，头上有很多头皮屑，头皮会很痒，让你总忍不住去挠几下。这是不是说，头皮屑是一种病呢？

头皮屑的确是一种头皮疾病。科学研究证明，头皮屑与马拉色菌的关系非常密切，有头皮屑的人，头皮上的马拉色菌明显比没有头皮屑的人多。而且随着头皮屑的增多，马拉色菌也会越来越多。

头皮屑既然是一种病，是不是应该去医院呢？不用担心，一般情况下只要洗洗头就好了。但如果遇到这几种情况：头皮屑特别多，而且头皮痒得厉害；头皮屑很油

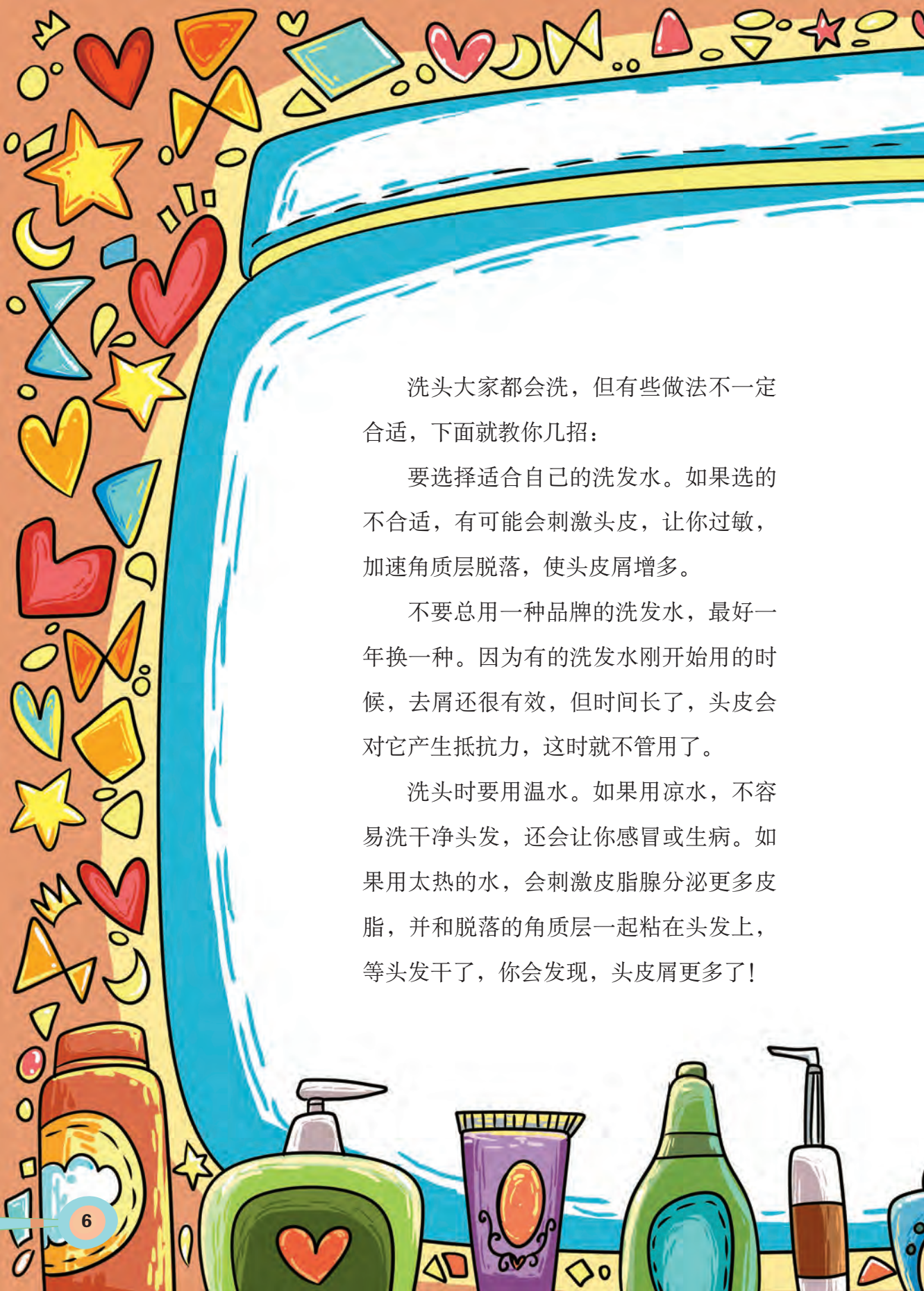




腻，有的地方还有红斑或小红包。这时，你就要赶紧去医院了。

上面提到，头皮屑多时洗洗头就好了。有人会说：既然如此，我就天天洗头，一天洗好几次，彻底消灭头皮屑！这你可就错了，这样不但不会消灭头皮屑，还会使头皮屑增多呢！

这是为什么呢？因为我们在洗头时，除了洗去头皮屑，还会洗去一些皮脂，洗头洗得太勤会减少头皮皮脂的厚度，还会使头皮干燥缺水。皮脂腺就会想了：皮脂变薄了，我得加紧工作呀！于是角质层脱落的速度加快，头皮屑就多起来了。所以天天洗头是不行的，四五天洗一次就行了，当然夏天可以洗得稍微勤一点。




洗头大家都会洗，但有些做法不一定合适，下面就教你几招：

要选择适合自己的洗发水。如果选的不合适，有可能会刺激头皮，让你过敏，加速角质层脱落，使头皮屑增多。

不要总用一种品牌的洗发水，最好一年换一种。因为有的洗发水刚开始用的时候，去屑还很有效，但时间长了，头皮会对它产生抵抗力，这时就不管用了。

洗头时要用温水。如果用凉水，不容易洗干净头发，还会让你感冒或生病。如果用太热的水，会刺激皮脂腺分泌更多皮脂，并和脱落的角质层一起粘在头发上，等头发干了，你会发现，头皮屑更多了！



不要把洗发水直接倒在头发上，要先把洗发水倒在手上，加一点水，用双手搓一搓，搓起好多泡沫后，再抹到头发上。

你现在已经学会怎么洗头了，但这还不够哦。

你身体里的各个器官、系统原本有条不紊地工作着，你一紧张，它们也会乱套，于是影响了头皮的健康，头皮屑就增多了。这时，你需要适当做一些运动或听听音乐保持心情放松。

作业做完了，那就不要玩了！你最好在晚上11点之前睡觉，保持充足的睡眠，才能促进皮肤正常工作，使头皮屑减少。

有人喜欢吃辣，有人喜欢吃甜食，有人喜欢吃油腻的东西，这些爱好都会导致头皮屑增多，所



以要少吃这类食物，可以多吃一些富含蛋白质及微量元素的食物，以及蔬菜和水果。

另外，如果有人得了头皮脂溢性皮炎、头皮银屑病、神经性皮炎等，也会使头皮屑增多，要及时去医院治疗。



快要考试了，老师怎么布置了这么多作业？想累死我呀！
哎！万一我考不好怎么办？爸爸妈妈一定又要骂我了！怎么回事？眼皮也来捣乱，一直跳个不停。

如果是你的左眼皮在跳，有人就会告诉你：“左眼跳灾，这几天你要小心喽！”如果是你的右眼皮在跳，有人会说：“右眼跳财，啊，你要发财了！”

在民间，“左眼跳灾，右眼跳财”的说法广为流传，很多人相信眼皮跳能预测吉凶，会有好的事情或不好的事情发生。但事实如何呢？

眼皮在眼珠的外面，它就像两扇大门一样，保护着我们的眼睛。在睡觉时，我们的

