



令人不好意思的人体

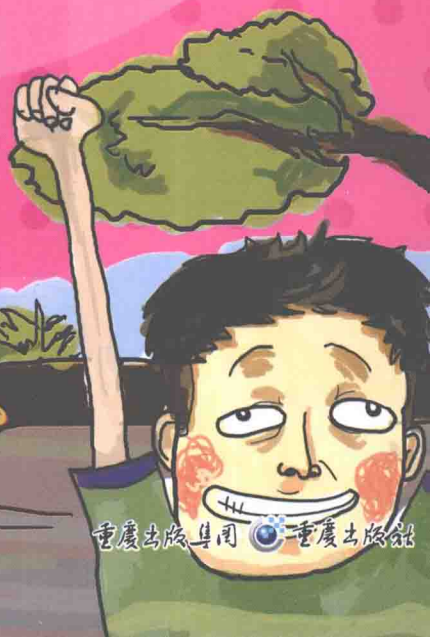
纸上魔方◎编著

一说到**酸梅**为何会流口水

烦人的**青春痘**又出来啦！

为什么有人**会梦游说梦话**

双胞



重庆出版集团 重庆出版社



令人 不好意思的人体

纸上魔方◎编著



图书在版编目(CIP)数据

令人不好意思的人体 / 纸上魔方编著. —重庆: 重庆出版社, 2013.11

(知道不知道 / 马健主编)

ISBN 978-7-229-07116-5

I. ①令… II. ①纸… III. ①人体—青年读物 ②人体—少年读物 IV. ①R32-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 255594 号

令人不好意思的人体

LINGREN BUHAO YISI DE RENTI

纸上魔方 编著

出 版 人: 罗小卫

责任编辑: 陈 姝 王 娟

责任校对: 曾祥志 朱彦彦

装帧设计: 重庆出版集团艺术设计有限公司·陈永



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆长江二路 205 号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆出版集团艺术设计有限公司制版

重庆现代彩色书报印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 787mm×980mm 1/16 印张: 8 字数: 98.56 千

2013 年 11 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-229-07116-5

定价: 29.80 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68706683

版权所有 侵权必究



目 录

contents

烦人的青春痘又出来啦！ /4

头发里雪花一样的头皮屑 /10

眼皮跳，是要发财吗？ /16

一说到酸梅为何会流口水？ /22

靠吃人皮活着的家伙 /28

抠鼻屎 /34

令人不好意思的痔疮 /40

睡醒了，眼睛上有黄黄的眼屎！ /46

好臭啊！汗臭，口臭，脚臭！ /52

吃坏东西啦，我要吐！ /58

吃得好饱……呃，

打嗝还有洋葱味儿 /62



耳朵里会动的东西是耳屎/68

黄色的尿液有股臊味儿/74

喉咙里堵着一口痰，好难受！/78

趁身边没有人偷偷放个屁/84

脚好痒？真想脱鞋挠一挠/90

为什么有人会梦游说梦话？/96

怎么还有全身都长毛的人？/102

双胞胎是怎么回事？/108

男人真的会“怀胎”吗？/114

老年人怎么会长出新牙？120





令人 不好意思的人体

纸上魔方◎编著





目 录

contents

烦人的青春痘又出来啦！ /4

头发里雪花一样的头皮屑 /10

眼皮跳，是要发财吗？ /16

一说到酸梅为何会流口水？ /22

靠吃人皮活着的家伙 /28

抠鼻屎 /34

令人不好意思的痔疮 /40

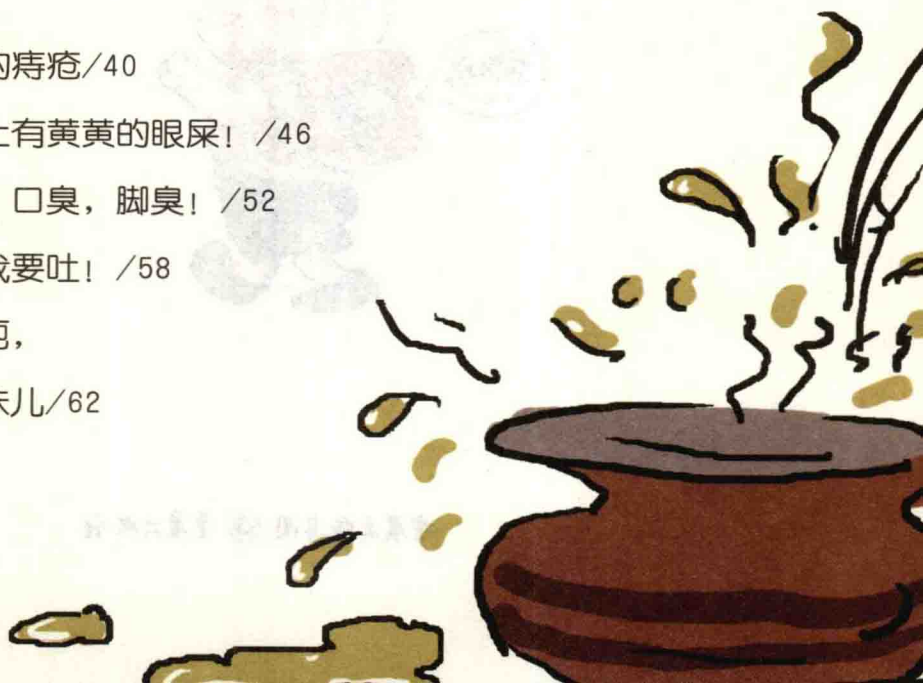
睡醒了，眼睛上有黄黄的眼屎！ /46

好臭啊！汗臭，口臭，脚臭！ /52

吃坏东西啦，我要吐！ /58

吃得好饱……呃，

打嗝还有洋葱味儿 /62



耳朵里会动的东西是耳屎/68

黄色的尿液有股臊味儿/74

喉咙里堵着一口痰，好难受！/78

趁身边没有人偷偷放个屁/84

脚好痒？真想脱鞋挠一挠/90

为什么有人会梦游说梦话？/96

怎么还有全身都长毛的人？/102

双胞胎是怎么回事？/108

男人真的会“怀胎”吗？/114

老年人怎么会长出新牙？120





小朋友，你见过哥哥姐姐脸上的青春痘吗？这些小痘痘不但不好看，而且消退后还会在脸上留下许多小点点或者小坑坑，这到底是怎么回事呢？

烦人的 青春痘又 出来啦！





哦，这小红疙瘩是什么？

呵呵，这些小疙瘩长在脸上确实不好看，但它却有一个好听的名字——“青春痘”！一听名字就

知道，原来哥哥姐姐脸上长小疙瘩，是因为他们在青春期呢！

“青春痘”在医学上名“痤疮(cuó)疮”，又名“粉刺”，一般呈暗红色，有时红痘痘上还会戴上一顶白色或黑色的小帽子，用手一挤，一个白色“小虫





虫”便挤出来了！有的小痘痘被挤后却会变成一个大痘痘，好可怕啊！

青春痘里有虫子吗？

有些人认为，长青春痘是因为皮肤下面有螨虫，这可是错误的认识。长青春痘的原因有很多，但最直接的原因是汗毛孔被堵塞。

人脸上的皮脂腺很多，到了青春期，皮脂较多地从毛孔中分泌出来，皮脂越积越多，毛孔就容易被堵塞。毛孔堵塞以后，毛囊里面的皮脂排不出来，就像很多人挤在一个小门前出不去一样，于是就形成一个个小痘痘。青春痘就这样诞生啦！

青春痘一般会有一个白色或者黑色的顶，这分别是白头粉刺与黑头粉刺。如果用手一挤，会挤出一些白色分泌物，也就是堆积在毛孔里面的皮脂，一般叫它“皮脂栓”。

青春痘可以用手挤吗？

小朋友，你一定想过，既然是皮脂栓堵住了毛孔，那么我们把皮脂栓挤出来，毛孔通了，痘痘不就没了吗！呵呵，许多哥哥姐姐也是这样想的，所以总会用手去挤痘痘。但是千万不要这样做，这样做是有危险的！

刚冒出来的青春痘是红色的，如果皮脂栓越积越多，顶上的白帽子就会变成白头粉刺，不久又会变成黑头粉刺，用手去

挤，可能会留下一些小的痘痕，这些还不算严重，最严重的事情是怕被细菌感染呀！

如果被细菌感染了，青春痘就会变成小脓包，这时它就会发痒、发疼，如果再用手去挤，手上的细菌就很容易进到痘痘中，把本来挺小的痘痘变成大痘痘。如果一不小心细菌再进入了毛细血管中，感染了血液，可能会造成很严重的后果哟！要知道，人脸上的三角区是非常敏感的地区，如因挤痘痘造成脸上三角区感染，甚至会影响到大脑呀！



痘痘会自己消失吗？

有些人认为，既然青春痘是在青春期末长出来的，等青春期末一过，就会慢慢好的，没有必要去医院治疗，这种想法可不对！

如果脸上的痘痘长得不多，应该注意少吃脂肪类、糖类和刺激性食物，小心养护即可。每天用热水洗脸，帮助皮脂顺利地排出，或用中性硼酸浴皂洗脸，经常保持皮肤清洁能起到预防作用。另外，这时候也





不要着急，心情不好小痘痘也容易出来捣乱，所以保持良好的心态很重要，一般过几天，痘痘就会自然消退。当脸上的痘痘较严重时，就应当去医院治疗了。

很多人脸上的疤痕，都是在青春期长痘痘时留下的，治疗这些疤痕很困难，会成为永远性的“纪念”。

有些人在青春期长痘痘，过了青春期也长，甚至有些人过了30岁后才长，所以青春痘发病期很长。如果及时到医院治疗的话，可防止形成难看的小疤痕。

怎样才能预防小痘痘呢？

青春痘长在脸上实在难看，治疗起来也很麻烦，有没有办法预防小痘痘的出现呢？

首先不要用使用油脂过多的护肤品，要用温水洗澡、洗脸，不要用刺激性太强的香皂或肥皂，也不要经常化浓妆。平时以清淡食品为主，多吃水果、蔬菜和一些脂肪少的肉，不要吃太多的甜食和辛辣的食物。每天的早饭要多吃一些淀粉类、富含维生素B和无机盐的食物，晚饭时多吃一些植物蛋白及脂肪含量少的食物。

时常保持心情乐观也很重要，做操、散步、听音乐，只要心情好好的，那么毛孔内的皮脂就可以顺利地排出来，不会堵在汗毛孔里啦！



猜猜看

什么是皮脂？

上面说皮脂把汗毛孔堵塞了才会长成小痘痘，如果我们没有皮脂，不就可以不长小痘痘了！这个皮脂是什么呀？呵呵，皮脂是人体中能防止细菌和真菌滋生的物质，能帮助人的皮肤抵抗一部分外来的侵害。其实不仅是人类，一些动物的毛皮中也含有皮脂，动物的皮毛为什么会那么柔软，这里也有皮脂的功劳！

有些人说皮脂可以让皮肤变得光滑柔软，这可是错误的认识。小朋友的脸蛋很光滑，那是因为皮脂腺分泌的皮脂少的缘故！有的人脸上总是油光光的，那才是皮脂腺在发挥它的“神威”呢！



头发里 雪花一样的头皮屑

哇，最近头上常有一片片像雪花一样的东西，这是什么呀！它就是头皮屑，它真的好讨厌，有时掉到衣服上，让人十分难堪。

头皮屑是什么呢？能不能把它消灭干净呢？
小朋友，我们一起去找找消灭它的办法吧！





头皮屑从哪里来？

在天气干燥的冬天、春天，有些人梳头时会掉下一些像小雪片似的东西，那是头发上的污垢吗？呵呵，这可不是头发上的脏东西，而是“头皮屑”，也有人称它为“头皮雪”。头皮屑就是从头皮上落下来的小片片！

你一定会奇怪，这是怎么回事？其实，头皮和我们身上的皮肤一样，也是由表皮和真皮两部分构成的，而表皮又分为四层，最外的一层叫角质层。角质层以30天为一周期，不时有老细胞“死”去，同时下层的新细胞又会长出来，那些“阵亡”的老细胞和皮脂腺分泌的皮脂混合起来，就是头皮屑。堆积到一定程度，它们就会纷纷扬扬地落下来啦。



为什么春天、冬天的头皮屑见多呢？

一般情况下，春天、冬天人的头皮屑较多，这是正常现象，不足为怪。人的头皮里有丰富的皮脂腺和汗腺，这些腺体分泌的皮脂和汗液有滋润头皮和头发的作用。一到冬天、春天，天气渐渐干燥，皮脂腺也懒得工作，分泌的油脂很少，所以头皮得不到很好的滋润；同时因天气较冷，汗腺里的汗液也分泌少了，也因天气较干燥，头皮上仅有的汗液也蒸发了，所以这时的头皮和头发会变得很干，角质层的细胞脱落速度就会加快，老死的细胞越来越多，头皮屑自然会多起来。

夏天和秋天，气温较高，空气也较潮湿，头皮里的皮脂变多，汗液也较多，所以角质层脱落也减慢了，或者被粘在头皮上，头皮屑也相对少多啦。