

tou fa 头发

会说话

项星

观察头发枯润

预知脏腑疾患

牵一发而动全身

养发护发为健康开“保单”

头皮是头发生长的“土壤”

要护理头发，必须先从护理头皮入手

梳头就是梳经络，洗头就是去疾患



YZL10890127516

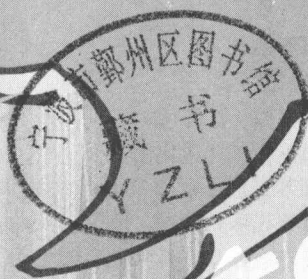
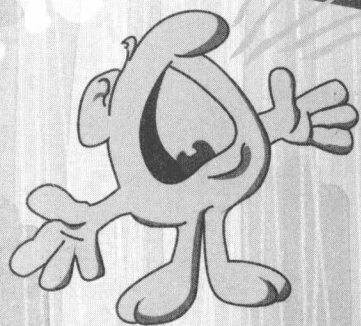


凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

tou fa hair

头发 会说话

hair



tou fa

项星



凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

头发会说话 / 项星编著. —南京: 江苏文艺出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5399-4028-1

I. ①头… II. ①项… III. ①理发—基本知识②头发—保养—基本知识 IV. ①TS974.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 182596 号

书 名 头发会说话
编 著 项 星
责任编辑 钱新艳
责任校对 孙 慧
责任监制 卞宁坚 江伟明
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社 <http://www.jswenyi.com>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 江苏凤凰制版有限公司
印 刷 南京海院印刷厂
开 本 718×1000 毫米 1/16
字 数 190 千
印 张 16
版 次 2011 年 4 月第 1 版, 2011 年 4 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5399-4028-1
定 价 28.00 元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)



目录

第一章 你了解自己的头发吗 1

第一节 公说公有理,婆说婆有理(1)

——先听中医说“发” 2

1. 头发和血液是至亲 3
2. 借我一双慧眼吧——透过头发看五脏 4
3. 且看头发如何揭开拿破仑死亡之谜 6

第二节 公说公有理,婆说婆有理(2)

——再听现代科学说“发” 9

1. 章子怡是黑发,玛丽莲·梦露是金发,为什么呢 9
2. “怒发”真的能“冲冠”吗 11
3. 人有悲欢离合,“发”有阴晴圆缺 13
4. 为头发“查体”,美发者的责任 15

第三节 健康有活力的头发为我“加分”

..... 19

1. 刘谦的刘海——发型修饰脸型 19
2. 刘欢的辫子——发型衬托体型 24
3. 韩庚的全白染发——发色改善肤色 26

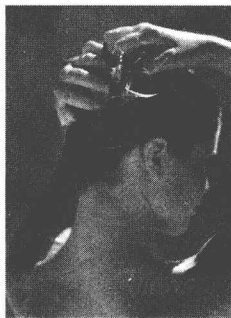
第四节 知己知彼——给自己的头发做个鉴定

..... 29

1. 油性头发——你擦油了吗 29
2. 干性头发——金箍棒变双股叉 30
3. 中性头发——我嫉妒死你了 30
4. 混合性头发——干燥与油腻的对立统一 31
5. 受损发质——为什么受伤的总是我 32

第二章 洗发是门大学问 36

第一节 科学洗发,知识多多 37



1. 多长时间洗一次头,不能太教条 37

2. 改掉早晚洗头的坏习惯 39

3. 洗头的最佳水温以 38 度为宜 41

第二节 工欲善其事,必先利其器——选择洗发用品很重要 43

1. 选择洗发用品,我为你支招 43

2. 适合自己的才是最好的 50

3. 洗发用品的超级秀场 54

4. 自制洗发用品——我的头发我做主 56

第三节 洗头发,千万不能等闲视之..... 60

1. 这种享受有代价——头发干洗不足取 60

2. 认清洗发误区——别让错觉伤到你 63

3. 踏着洗发的节拍走,我们离秀发越来越近 66

第四节 狭路相逢——当洗发遭遇头皮屑时 68

1. 不是我不明白,这头皮屑来得快 69

2. 珍爱头发,远离头皮屑迫害 73

3. 对症下药,治疗头皮屑并不难 77

4. 头皮屑,防患于未然 80

第三章 养发护发为健康开“保单” 81

第一节 梳头就是梳经络 82

1. 疏通经络——不生病的智慧 83

2. 女性长寿的秘诀之一是勤梳头 84

3. 梳子好不好,只有头发知道 86

4. 梳头人人都会,但正确的梳头方法却未必人人都懂 91

第二节 拯救头发,发质不同养护各异..... 94

1. 梳头、洗头——头发养护的“万金油” 94

2. 即使天生“丽质”,也不能不理不睬——中性头发的养护 98

3. 使用洗发剂要慎重——油性头发的养护 100

4. 补充必需的油润——干性头发的养护 102

5. 鱼和熊掌要兼得——混合性头发的养护 104

6. 缺什么补什么,对症下药——受损发质的养护 105

第三节 养发护发人人可为——谁都可以成为专家..... 106

1. 不要让孩子输在起跑线上——婴幼儿的头发养护 106



②

2. 谁的孩子谁负责——孕妇的头发养护 110
3. 在宝宝眼里,妈妈是最美的,要有信心哦——产妇的头发养护 113
4. 夕阳无限好,为霞尚满天——老年人的头发养护 115
5. 远离网络,保护脑健康——电脑一族的头发养护 119

第四节 365天,护发可以“投机取巧” … 121

1. 万物复苏,生机盎然——春季护发要趁早 121
2. 烈日炎炎似火烧——防晒是夏季护发的“重头戏” 124
3. 吹风、静电、干燥——秋季护发重在“三防” 127
4. 头发也需要“大补”——冬季护发食品当道 131

第五节 美丽是要付出代价的(1)——染发者的头发护养…………… 134

1. 染发剂,渐欲迷人眼 135
2. 带刺的玫瑰——对染发爱恨交加 138
3. 既摘玫瑰又斩刺,能做到吗 141
4. 自己染发,省下的绝不仅仅是钱 144

第六节 美丽是要付出代价的(2)——烫发者的头发护养…………… 149

1. 冷烫? 热烫? 你何去何从 150
2. 无独有偶,烫发也是“带刺的玫瑰” 154
3. 教你几招,规避烫发风险 157
4. 烫发的烦恼来了,怎么才好呢 161

第四章 白发并非不可逆转 …………… 165

第一节 白发病,你了解多少 …………… 165

1. 白发有先天后天之分 166
2. 白头发不会“拔一根长十根”,但确实不能随便拔 168
3. 白发病——男人成功的致命伤 169

第二节 头发变白,是什么原因造成的 … 172

1. 伍子胥过昭关,怎一个“愁”字了得 173
2. 营养不均衡——白发偏爱偏食者 174
3. 慢性病患者更容易引起白发 176
4. 你的父母有白头发吗? 如果有,你要当心了 177
5. 环境不能选择,白发也不由自主 178

第三节 防治白发病,我们可以做到 …… 179

1. 自信人生二百年,会当击水三千里——保持乐观的情绪 179



2. 调节饮食的天平——保持四种“平衡” 183
3. 按摩头皮,让血液流通更顺畅 187
4. 准时入睡,定时起床,改善睡眠质量 189

第四节 辨证施治,中医治疗白发病 …… 191

1. 安神养心——治疗肝郁型白发 191
2. 清热凉血——治疗血热型白发 193
3. 补益气血——治疗血虚型白发 195
4. 固精益肾——治疗肾虚型白发 196

第五节 偏方治白发——信不信由你 …… 198



第五章 对脱发不能掉以轻心 …… 202

第一节 对脱发病必须有一个清醒的认识 …………… 203

1. 掉头发≠脱发病 203
2. 男性脱发年龄提前了 20 年 205
3. 同样是“脱”,理由各不相同 207
4. 自己给自己把脉,做到心中有数 209
5. 脱发,其实是可以预防的 211

第二节 脂溢性脱发——脱发中的“癌症” …………… 213

1. 一种“富贵病”——生活好了,患者越来越多了 214
2. 了解分类和症状,有助于及早预防 216
3. 多管齐下,总有一种方法是有效的 217

第三节 神经性脱发——吓人的“鬼剃头” …………… 218

1. 精神上的缺陷——“心魔”引起脱发 219
2. 注意反“潜伏”——越早发现越好 221
3. 中西结合,内外兼治 222

第四节 疤痕性脱发——一块难啃的骨头 …………… 224

1. 外伤和皮肤病是疤痕性脱发的主因 224
2. 手术、植发——疤痕去无踪 225

第五节 疾病性脱发——疾病的附属品 …… 227

1. 疾病性脱发是由疾病或治疗疾病引起的 227
2. 把疾病治好,是摆脱疾病性脱发的关键 229

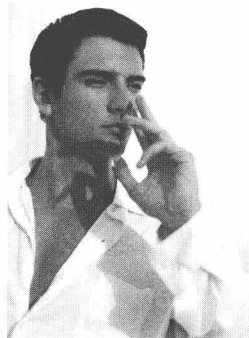
第六章 好头发是可以吃出来的 232

第一节 头发也需要“进补” 232

1. 药食同源,药补不如食补 233
2. 吃什么对头发好? 答案绝不止这些 236
3. 别让它们靠近你——对头发不利的食物 240

第二节 如何补养头发更科学 240

1. 早生华发莫丧气——把黑发吃出来 241
2. 救救我! 我不想当金毛狮王 242
3. 饱了口福,还能摆脱令人难堪的“雪花飘飘” 246
4. 多吃美食多长头发 247



你了解自己的头发吗

健康和长寿,自古以来就是人类梦寐以求的目标。从秦始皇追求的长生不老,到慈禧太后追求的永葆青春,人们对生命的追求可以说达到了极致。特别是到了现代社会,随着物质生活水平的不断提高和精神生活的日益丰富,人们渴望健康、盼望长寿的心情更加迫切,谁都想着一“尽终其天年,度百岁乃去”。

但是,怎样才能健康长寿呢?又如何才能“度百岁乃去”呢?途径和方法很多,其中一种说法就是:健康从“头”开始。

查阅字典,我发现“头”字的意思多达十几种。比如:人体的最上部分或动物身体的最前部分,也就是脑袋;事情的起点或端绪;头发或所留头发的样式……

从健康学的角度来看,对于上面列出的“头”的意思,“健康从‘头’开始”这句话怎么解释都是对的。

(1) 健康从脑袋开始。脑袋是我们人体的最重要组成部分,是人类的神经中枢、指挥中枢,是思想的智库、灵感的源泉,对脑袋的保养当



然至关重要。

(2) 健康从年轻开始。人的身体一般在 30 岁左右进入一生中**最强壮**的时期,然后就会渐渐走向衰弱。如果自己不注意,必然导致体质下降、健康恶化,各种疾病乘虚而入。因此,从中青年时期,就应该**加强锻炼**,达到健身祛病的目的。

(3) 健康从头发开始。头发是每个人彰显个人风格与魅力的象征,同时还是我们身体健康的重要标志。从头发的优劣可以看出身体健康状况的好坏,头发的任何病变都是身体产生病变的外在表现。因此,没有一个人会对自己的头发无动于衷。

在这里,我们不妨先给这本书做一个定位,那就是——健康从头发开始。

第一节 公说公有理,婆说婆有理(1) ——先听中医说“发”

东汉末年,曹操率军征讨张绣。他颁布了一条命令:如果有践踏麦田的,一律斩首示众。真是无巧不成书,他的话刚说完,就从田野里飞起一只鸟,把他的马吓惊了。马一下子蹿到旁边的地里,踏坏了一片麦田。怎么办?自己刚说的话总不能不认账吧。于是,曹操抽出宝剑就要抹脖子。手下的人连忙把他拦住,说:“丞相您统领大军,重任在身,怎么能自杀呢?”曹操想了想,用剑割下了一绺头发,说:“既然如此,我就割掉头发代替我的头吧。”这就是“割发代首”的故事。

现在我们当然觉得剪头发是再正常不过的事,但在当时已经算得上很重的处罚了。因为古代的人认为,头发是从父母那里继承来的,随便割掉不仅大逆不道,而且还是不孝的表现。中国有句老话:“身体发肤,受之父母,不敢毁伤,孝之始也。”说的就是这个意思。古代有一种刑罚叫“髡(kūn)刑”,就是把男子的头发割掉,是上古时代最严厉的刑



罚之一。说它“严厉”，是指罪犯的头发被强行剃除以后，心理上会处于一种明显的非正常状态，并因此感受到极度痛苦。

也许有的朋友会问，头发对于生活在 21 世纪的我们来说，还那么重要吗？

我的答案是两个字：当然！

1. 头发和血液是至亲

中医学认为：肾主骨、生髓、藏精，其华在发。意思是说，骨髓、精血的生长和运化是由肾来主管的，精血是不是健旺，可以从头发的润泽程度表现出来。为什么呢？这是因为头发的生长，不仅依赖于肾中精气的滋养，而且有赖于血液的滋润，血液与头发的关系非常亲密。精血充盈，那么头发就旺盛且有光泽，所以青壮年大多有一头茂盛的好头发；精血衰弱，那么头发就干枯，所以老年人往往满头白发，大病初愈的人会出现头发脱落。早在两千多年前的春秋战国时期，我们的祖先就已经认识到头发的营养源于血，提出了“发为血之余”的论断。“余”在古代写作“馀”，意思是多余的食物，而“血余”的意思就是“多余”的食物变成血液。换言之，头发是因为“多余”的食物使血液富含营养，才得以生长的。

由于“发为血之余”之说的盛行，头发也就有了另外一个别名，叫做“血余”，是一味很好的止血良药。如果我们带小孩出去玩儿的时候，孩子不小心把头磕破了，在没有急救药品的情况下，可以先用清水把伤口清洗好，然后再把伤口周边的头发剪下来，拿打火机点着，烧成炭状，糊在伤口上，可以达到止血的效果。

当然，这只是权宜之计。头发只有经过炮制成炭后，才能真正入药，叫“血余炭”。血余炭的制作比较麻烦，首先要把收集到的健康人的头发用碱水反复漂洗，除去油垢，然后用清水冲净、晒干，放在铁锅里。铁锅上再扣一个小铁锅，小锅周围用黄泥封严，并在锅上放置一张润湿的纸条。在锅内无氧的条件下进行煅烧，煅烧时用慢火，温度和时间要注意掌握。等小锅上的纸条焦黄后，停止煅烧，冷却后取出里面的炭状物，斩成小段，血余炭就炮制成功了。



成品血余炭呈不规则的海绵状，大小不一，上好的佳品乌黑，发亮，轻而酥，易碎，碾磨的时候清脆有声。中医认为，血余炭性温，味苦，具有收涩止血的功能。它和其他止血药的不同之处在于，既能止血又能去瘀，没有止血后留下瘀血的弊端。医生常用血余炭配伍其他止血药，制成汤剂或中成药，治疗鼻出血、吐血、咯血、血淋、尿血以及崩漏等各种出血症状。

2. 借我一双慧眼吧——透过头发看五脏

我国古代的五行学说认为，木、火、土、金、水构成了宇宙万物。五行平衡的时候，自然界会风调雨顺，万物生长；五行不平衡的时候，自然界就会发生各种自然灾害。中医也讲究五行学说，把人体比做一个小宇宙，人的心、肝、脾、肺、肾和宇宙中的五行是相同的。五脏之间的生理功能不是孤立的，而是相互联系、相互制约的。当人体五脏相对平衡时，身体就会很健康，肾滋养肝，肝滋养心，心滋养脾，脾滋养肺，肺滋养肾，形成良性循环。反之，如果五脏中任何一脏出现异常，都可以直接或间接地影响头发的正常生长。这是因为头发是“血之余、肾之华”，头发的生长、健康状态的维持与肾密切相关，而肾和其他脏器相互关联。

(1) 头发与肾的关系

前面我们已经提到了，中医学认为：肾主骨、生髓、藏精，其华在发。这里的“华”通“花”，意思是说头发是肾的花朵，是肾的外现。肾是先天的根本，是收藏精气的脏器，不仅藏先天之本，还藏五脏六腑水谷化生的精气，即后天之精，能滋养脏腑和人体的全部组织，是维持生命和生长发育的基本物质。所以，头发的生长虽然有赖于血，但保持生机的根源却是肾。肾对头发的生理作用主要有三种形式：一是肾精化生血液，营养头发；二是肾精化生元气，促使头发生长；三是肾精通过督脉和经气作用，充养头发。肾精充足的人，精力充沛，气血畅通，头发就发育正常，表现为浓密、光亮、柔润。相反，肾精过早衰退的人，体弱多病，气血虚亏，头发则变白、干枯、脱落、没有光泽。当今社会，生活节奏加快，工作压力过重，饮食结构不合理，导致许多人的头发过早地枯黄、变白或大量早脱，这些都与肾中精血不足有关。



(2) 头发与肺的关系

中医学认为：肺主气，朝百脉，主宣发。气是人体（包括头发）维持生命活动的重要物质，人体的上、下、表、里之气，都是由肺来掌控的。头发要维持正常生长的营养之气，主要是通过肺朝百脉来实现的。因为人体百脉都会合于肺，在呼吸过程中，全身的血液都要通过肺脏，肺将营养和氧传给头发，才能使头发得到濡养，变得润泽、乌黑、富有弹性。如果肺气不足，头发就会失去肺所提供的养分，必然会影响到头发的润泽，使头发变得枯槁不堪，从而导致脱发的发生。另外，《素问·阴阳应象大论》中说：“肺生皮毛。”意思是说人的皮毛是由肺的精气所滋养的，自然也包括头发。头发不仅从肺气中获得营养，同时作为肺呼吸和气体交换的辅助工具，也能宣泄肺气。因此，一旦头发发生病变，就会影响到肺，使肺气宣泄功能减弱。由此可以看出，肺和头发有着相辅相成的关系，中医治疗头发疾病，有的医生就是从调理肺着手的。

(3) 头发与肝的关系

中医学认为：肝主疏泄，肝主藏血，具有调畅全身气机和血液运行的作用。肝主疏泄，是指肝具有疏散宣泄的功能。肝的疏泄功能正常，就气机调畅，气血调和，经脉通利，从而心情舒畅，情志活动正常，持续荣养头发；如果肝的疏泄功能不足，肝气郁结不畅，就会脏腑气血不调，心情抑郁，疑虑郁闷，或精神压抑，导致肝的藏血功能失常，出现肝血不足。肝和人的情绪有关，肝气舒畅条达，就会使人气血平和。如果因为情绪不佳，导致肝失疏泄，就会出现肝气郁结和气郁不舒，致使气血瘀滞，发失所养而枯槁脱落。

(4) 头发与脾的关系

中医学认为：夫五味入口，藏于胃，脾为之行其精气。脾主运化水谷精微，它具有吸收、输布水谷精微来营养全身的功能。饮食进入胃之后，经过胃的“腐熟”和小肠的“泌别清浊”，其中的水谷精微必须通过脾的运化功能，才能加以吸收，并散布全身。气血是构成和维持人体生命的基本物质，而气和血都以水谷精微为主要的生成来源，因



此脾胃为气血生化之源。头发的生长发育依赖于气血以及水谷精微的滋养,当脾的运化功能旺盛时,头发能得到充分地滋养而生长旺盛;如果脾的运化功能衰减,气血生化不足,头发就会失去滋养,变得干枯、脱落。

(5) 头发与心的关系

中医学认为:心主血脉,脉者血之府,诸血者,皆于心。心的“主血脉”功能,对整个人的生命活动有着十分重要的作用。人体各脏腑之所以能发挥其各自的功能,都离不开气血的充养,而气血要想通过脉络到达全身各处,动力来自心气的推动。当心气充沛、脉道通利、气血充盈时,头发得到充足滋养,就会生长旺盛,富有光泽。当心气不足,脉道不利,气血亏虚,头发就会失养,造成干枯、脱落。中医学还认为:心藏神。这里的“神”是指高级中枢神经的功能活动,这些功能由心主持控制,也就是中医所说的“心主神明”。心血不仅能营养周身组织,也是心的神志活动的重要物质基础,如心血虚损,可伤及心神,出现心悸、健忘、失眠和多梦,导致发失濡养,使毛发枯焦脱落。

3. 且看头发如何揭开拿破仑死亡之谜

清朝爱国诗人龚自珍曾经写过一首诗,其中两句是:“一发不可牵,牵之动全身。”后来人们精炼为“牵一发而动全身”。这句话蕴含着深刻的哲理,它形象地说明了局部与整体的辩证关系。头发是人体的一部分,从它可以透视到整个人体的全部,通过观察头发可以知道一个人的健康状况。有人说,头发是我们身体健康与否的“晴雨表”,一点也不为过。

1815年,法国皇帝拿破仑·波拿巴在滑铁卢战役中失败,被流放到大西洋上偏远的圣赫勒拿岛。1821年,拿破仑去世。至于他的死因,人们一直争论不休,有人认为他死于胃癌,还有人认为他是被人用砒霜毒死的。直到150年后,科学家找到拿破仑的一根头发,把这根头发切成小段,放入原子反应堆中接受中子反射,发现头发里含有比正常人多40倍的砷元素。因此确认,这位19世纪在欧洲叱咤风云的人物其实是死于砷中毒。



一根细细的头发，竟然能解开拿破仑死亡的百年之谜，简直令人匪夷所思。其实，这并不奇怪。头发跟血液一样，也含有几十种微量元素，头发上微量元素的多寡，与体内相应元素有一定的对应关系。从一根头发诊断人体什么元素缺乏、什么元素过量，是再正常不过的了。《黄帝内经》上的“诸病于内，必形于外”，说的就是这个道理。

人体是一个有机的整体，它的里面和外面是相互连通的，这一点毫无疑问。那么，它的通路在哪里呢？头部。头部长出来的毛发——头发，就是我们身体内部状况的“代言人”。身体里面有病，必定会从头发上表现出来，无法掩盖和隐藏。

如果我们拥有一头乌黑润泽、茂盛长密、清洁柔顺且富有弹性的秀发，那么肯定是“身体不错，心情也不错”。反之，如果我们的头发出现干枯、变黄、变灰、失去光泽甚至变白、脱落等现象，我们则要当心了。

《医述》中有这样一句话：“察其毛色枯润，可见脏腑之病。”意思是说，通过看头发的质地好坏和色泽变化，可以了解人体内存在的疾病及其发展变化。当然，这句话主要适用于青少年和中年人，因为这两类人本来就气血旺盛，如果有什么异常，更容易从头发上表现出来。至于老年人，由于皮脂腺萎缩，皮脂分泌减少，不足以滋润头发，头发变得干燥而缺少光泽。这是一种自然的衰老现象，不属于患病的表现。

(1) 从头发的色泽上看

如果青少年出现白发，即“少白头”，很可能患有胃肠疾病或结核病、贫血、动脉粥样硬化等疾病。

如果头发突然变黑，也就是本来不太黑的头发短时间内迅速变黑，可能是患上了肿瘤。

如果头发颜色枯黄，乱糟糟的好像一堆柴草，大多是肾气不足、精血亏损或者久病失养造成的。

如果头发成灰黄或灰白色，医学上称作灰发病，大多是先天不足或后天失养、精血不能上养于发造成的。此外，灰发还可能与甲状腺功能失调、早衰、老年性白斑、结节性硬化症、白癜风、斑秃等有关。



如果头发呈现红色或红褐色,可能是砷、铅中毒造成的。

(2) 从头发的形态上看

如果头发枯萎、没有光泽,容易折断分叉,大多是因为先天禀赋不足,或者久病失养、阴虚血燥造成的。

如果头发紧缩成束,排列形似毛笔,发端头发处堆有银白色或污黄色鳞屑,可能是患有银屑病、脂溢性湿疹等疾病。

如果头发干燥变脆,易断裂,特别是长发末端容易纵裂成丝,状如羽毛,可能是得了脆发病和毛发纵裂症。除了因为天气干燥、洗发过勤等原因之外,大多是由于阴虚血燥而造成的。另外,头癣、脂溢性皮炎、甲状腺功能低下、糖尿病、结核病、维生素 A 缺乏以及某些肿瘤患者,都可能出现脆裂发。

如果头发从根部开始变白、变黄,并且发生在顶部和两鬓部,可能是由于肝肾阴虚、精血亏少造成的;如果从头发末梢开始焦枯、分裂、易折断,则大多是由于气血虚弱造成的。

(3) 从头发的生长障碍上看

如果出生后头发就脱落,可能患有先天性秃发、先天性少毛症、早衰综合症、结节性裂毛综合症等,大多是由于先天不足,或过早结婚、精血亏虚造成的。

如果头发不正常脱落,可能是人体内缺锌。

如果男性前额发际脱发,可能是患有肾病;女性出现散发性脱落,可能是得了肾炎。

如果头颅顶部脱发,可能是结肠炎、胆囊炎引起的。

如果脱发并伴有全身性毛发稀少,则往往可能是内分泌疾病的表现。

我在这里有必要提醒各位朋友,虽然头发的异常变化往往意味着患有某些特定的疾病,但这不是绝对的,对疾病的诊断是需要多方证据的。因此,如果头发出现异常变化,自行处理又不见好转,特别是患者还伴有突眼、食欲亢进、消瘦、情绪异常等表现时,应当立刻前往医院就诊。



第二节 公说公有理，婆说婆有理(2)

——再听现代科学说“发”

格林童话里有篇童话叫《莴苣姑娘》，讲的是一个长头发的女孩被巫婆关在高塔里，当一位英俊的王子来救她的时候，女孩从高塔里放下金色的长辫子，王子抓住长辫子爬上塔楼，把公主解救出来，然后两人骑上白马离开了。

有的朋友不禁要问了，头发真的能承受这么重的重量吗？

曾经有人做过一项实验，结果显示，一根头发的固着力或拉力所需的力量，平均大约为 50 克左右。一个人的头发全部数量约为 10—15 万根，如果我们按保守的 10 万根计算的话，全部头发的固着力或真正承受的拉力大约为 5000 公斤，相当于 4 部小轿车或 1 头成年亚洲象的重量。这样算来，长发公主的辫子承受一个一百多斤的王子重量，不足为奇。实验结果还说明，人的头发的坚韧程度可以与钢相比，例如直径 0.25 毫米的头发，其承受重量的压力约 100 多克，拉力为 50 克。而要拉动一辆小轿车所需要的力量最多不超过 80—100 公斤。换句话说，拉动一辆小轿车需要头发大约是 1600—2000 根，仅仅占全部头发的 1/40—1/50。照此估算的话，一条发辫则可能吊起一辆 20 吨重的卡车。

你说神奇不神奇？

1. 章子怡是黑发，玛丽莲·梦露是金发，为什么呢

头发是由表皮的角质形成细胞角化而成的特殊组织。如果从组织结构来看，头发是由毛和毛囊两个不同的部分组成的。如果从外表上看，头发是由发根和发干组成的，露出头皮的部分是发干，在头皮下面的部分是发根，发根被包裹在毛囊内。在显微镜下观察头发的横截面，可以看到头发的横截面从外到里可分为毛表皮、毛皮质、毛髓质三个部分。