

青年之友

Qingnian
zhiyou



成长从阅读开始 成才与读书相伴

人体奥秘小百科

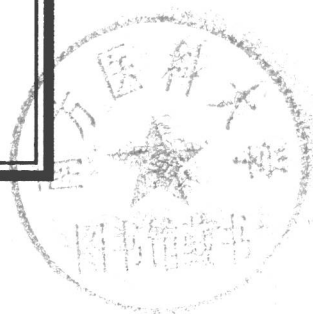
新疆青少年出版社

人体奥秘小百科

南方医科大学图书馆



AA190909



目 录

人脑的重量越重就越聪明吗？	1
人为什么要眨眼睛？	2
眼睛里进了沙子怎么办？	4
为什么要睡午觉？	5
为什么夏天睡午觉尤为重要呢？	6
人为什么能记忆？	7
眼睛为什么能看见东西？	8
人体是由什么组成的？	9
人为什么会得红眼病？	10
测视力时为什么要遮住一只眼？	11
人的耳朵为什么不会转动？	12
为什么心脏不会疲劳？	13
人为什么会冷得发抖？	14
菠菜和豆腐为什么不要一起煮？	14
人的身体为什么早上比晚上长？	15
为什么勤洗手可以预防感冒？	16
“左撇子”比“右撇子”笨吗？	17
为什么要常吃绿叶蔬菜？	18
耳朵为什么会听到声音？	18
为什么不要躺着看书？	19
用铁锅炒菜为什么对人体有利？	20

人体是对称的吗？	21
牛奶为什么不能与四环素同服？	22
人为什么不能一心两用？	22
小孩为什么不宜多吃菠菜？	23
春天,人为什么感到困倦？	24
为什么说肌肉是人体的发动机？	24
为什么晚上要刷牙？	25
冬天为什么爱皴手？	27
嘴唇为什么是红色的？	28
头发有什么用？	29
为什么要保护皮肤？	30
为什么说皮肤是保护人体的屏障？	31
为什么有的人皮肤黑,有的人皮肤白？	32
皮肤割破了为什么还会复原？	33
做化验为什么要从耳朵、手指上取血？	35
为什么一到夏天出汗特别多？	36
经常洗澡有什么好处？	38
“血液三兄弟”指的是什么？	39
刷牙时牙床为什么会出血？	40
为什么酸东西吃多了会“倒牙”？	42
人的手指纹有什么用途？	43
为什么有的人头发硬,有的人头发软？	45
为什么不能用手抠鼻孔？	46
为什么说眼睛是活的照相机？	47

为什么不能捏着鼻子擤鼻涕?	48
游泳时为什么会抽筋?	49
剧烈运动前,为什么要做准备活动?	51
复习考试期间怎样合理用脑?	52
为什么眼珠不怕冷?	54
为什么冷饮不可多吃?	55
怎样喝牛奶、豆浆最好?	56
为什么药补不如食补?	58
为什么把胡萝卜称为“小人参”?	59
为什么打哈欠时听不清别人说话?	60
为什么说看电视有利也有弊?	61
为什么要课间休息十分钟?	62
为什么要吃早饭?	64
为什么要定时定量进食?	65
为什么吃饭要细嚼慢咽?	67
为什么舌头能分辨五味?	68
怎样睡觉最好?	69
头发为什么能诊断疾病?	71
为什么有的人说话结巴?	72
为什么从指甲上能看出人身体的好坏?	74
为什么手要经常洗?	75
耳朵流脓会聋吗?	77
耳朵为什么会被堵塞?	78
鼻子出血要紧吗?	79

为什么会尿床?	81
为什么冬天肚子容易饿?	82
眼保健操为什么能增强视力?	82
肥皂水跑进眼里怎么办?	83
为什么人会做梦,说梦话?	84
为什么眼皮会跳?	85
人老了,为什么皮肤就会起皱纹?	85
为什么有的药要在饭前吃,而有的药却在饭后吃?	86
你知道夏天为什么要喝淡盐水吗?	87
为啥嘴唇越舔越干?	88
为什么人体内会有结石?	88
睡着了为什么会流口水?	89
你知道什么是胎记吗?	90
你知道人到底能活多大年纪?	90
人为啥会一代比一代高?	91
你知道吃饭时喝水不好吗?	92
为什么生命离不开水?	93
小孩子生下来为什么爱哭?	94
指甲为什么不停地生长?	95
你知道人的鼻子有什么作用吗?	95
有鼻炎的人辨不出香味臭味,为什么?	97
你知道舌头有什么用处吗?	99
为什么冬天要戴帽子?	101

打哈欠为什么会“传染”？	102
人为什么要睡觉,你知道吗？	103
儿童什么时候长得最快？	104
人在海拔高的地方为什么感到行动困难？	104
为什么说牙齿是“活的钻石”？	105
医生是怎样利用听诊器听病人心音的？	106
刚出生的小宝宝为什么没有牙齿？	106
为什么有些人是色盲？	107
饭后为什么不要立刻游泳？	108
为什么用牙签剔牙不好？	109
紫外线对人的皮肤有什么危害？	109
人体内有多少块骨头？	110
血液为什么会凝固呢？	111
为什么人的血液是红颜色的？	111
为什么人的脑袋越用越灵？	112
为什么人遇急事时力气特别大？	112
受凉后喝姜汤为什么可以预防感冒？	113
在冬天为什么会长冻疮？	114
用热水擦身为什么会感到凉快？	115
科学家什么年龄易做出成绩？	115
人体中有哪些微量元素？	116
长跑时为什么有时胸痛？	117
人哭时为什么会流鼻涕？	118
有些人耳朵会动是怎么回事？	118

为什么说肺是“气体交换站”？	119
为什么人能发出声音？	120
为什么说随地吐唾沫即不卫生又浪费？	121
人的皮肤为什么有时会出“鸡皮疙瘩”？	122
冻僵的手为什么不能用火烤？	122
人为什么会离不开水？	123
热时人为什么会出汗？	124
“落枕”是怎么回事？	124
老人为什么比年轻时矮？	125
人为什么会“打嗝”呢？	126
电磁波为什么能对人造成伤害？	126
为什么人们能够观看三维立体画？	127
脚为什么有时会发麻？	128
伸懒腰对人的身体是否有益？	128
有的人为什么是平足？	129
眼泪怎么会是咸的呢？	130
常看电视的人为什么应多吃含维生素 A 的食物？	131
为什么说眼泪是心灵的“窗户”？	132
在黑夜透过红外线望远镜为什么能看见东西？ ...	132
营养和智力发育有没有关系？	133
小朋友们为什么会掉牙？	135
睡觉时,脚为什么会抽筋？	135
身上起红线是怎么回事？	136

有的小朋友为什么有白发?	137
小便后有时为什么打“冷战”?	138
小孩子多动有没有病?	138
糖衣药片是怎么一回事?	139
感冒了为什么闻不出味来?	140
人的眼屎是从哪里来的?	141
人为什么为变老呢?	141
黑色食品为什么受欢迎?	142
矿泉水对人是否有益?	143
多吃泡泡糖为什么不好?	144
小孩子为什么不应多喝可乐型饮料?	145
吃饭时,饭里为什么要加入味精?	145
大豆能解酒你知道吗?	146
人的肤色为什么不同呢?	147
儿童为什么不宜吃爆米花?	148
儿童为什么不宜多吃松花蛋?	148
为什么说多饮牛奶能降压?	149
为什么不宜用保温杯沏茶?	150
为什么要吃加碘食盐?	150
生病时,人为什么会发烧?	151
冬天站着为什么比坐着暖和?	152
海带表面为什么有白霜?	152
为什么面包不宜放在冰箱里?	153
吃鱼肉为什么有益智力?	153

鱼头是否有营养价值?	154
小孩睡凉席究竟好不好?	155
流感和感冒是不是一回事?	155
怎样保护皮肤?	156
为什么菠萝可防心脏病?	157
为啥要防治蛔虫病?	158
人体内的蛋白质有什么用?	159
看病时,为什么要测体温?	161
服药前,为什么要看药品说明?	163
为什么要定时定量服药?	165
人喝的水吃的饭都到哪儿去了?	167
· 人类的起源地在哪里?	168
人能够与动物进行交谈吗?	173
东方人和西方人谁更聪明?	176

人脑的重量越重就越聪明吗？

妈妈给小红详细地介绍大脑的构造及作用。小红看着大脑的模型思索，忽然她问：“妈妈，是不是人脑子的重量越重就越聪明呢？”

妈妈说：“脑子的重量和聪明不聪明是没有关系的。普通人脑子的重量大约是 1350 ~ 1400 克，虽然有些天才的脑子的确特别重，比如德国的数学家高斯，脑重 1492 克，但有些又愚又笨的人，脑重量竟有 2000 克，而有些天才脑子也与普通人一样重。看来，人的聪明，并非以脑子的重量来决定的。”

“在先天遗传素质中，既有脑重量问题，又有脑质量问题。事实上，脑子和身体上的器官一样，愈用愈发达，越聪明。要使脑子变得聪明，就要多动脑筋，多思考问题，还要合理用脑。”妈妈向小红进一步补充说。

小红惊异地说：“我明白为什么老师告诉我们要合理用脑了。”

妈妈笑着说：“合理用脑，首先就要制订合理的

休息制度，能有规律地生活，把学习和体育锻炼，休息和睡眠科学地安排先后的顺序，这样保证劳逸适当，对大脑有好处。其次，还要保证有充足的睡眠。”

小红使劲儿点了点头，说：“我明白了，一个人的智力，除了先天遗传素质外，后天获得教育的水平，学习和用脑勤奋程度以及思维方法，是更为重要的因素，是吗？”

总之，脑子越用越聪明，聪明与人脑的重量并没有多大的关系。

人为什么要眨眼睛？

小玲和小明下课后总爱在一起讨论问题。这天，两人又讨论起一道数学题，这时，小玲发现小明考虑问题时，总眨着眼睛，就说：“小明，你怎么老眨眼呀？”

小明说：“谁不眨眼睛，连你也在眨眼呢。”

回到家，小玲就问妈妈：“人为什么要眨眼睛呢？”

妈妈笑着说：“又有新发现了。”

小玲说：“每个人是不是总在不知不觉中眨眼睛呢？”

“对呀！正常人每分钟要眨眼 10—20 次。每次眨眼的时间约 0.2~0.4 秒，除去睡觉，一人一天要眨上 1 万次左右。”妈妈说。

“那我们为什么总感觉不到呢？”

“这是因为眼睑移动的速度非常快，所以不会干扰我们的视觉，我们也就感觉不到了。”

小玲又问：“眨眼有什么作用吗？”

妈妈说：“眨眼的作用是能帮助我们保护眼睛。”

小玲感到非常惊奇。

妈妈说：“眨眼最主要的作用是润滑和冲洗眼睛，因为在眼球外边也有一层薄薄的膜，很娇嫩，只要夹一点儿灰尘，眼睛就很难受，而上下眼睑的边缘各有二三十个皮脂腺，每次眼睑相合时，皮脂腺的分泌液就会流出来，使眼睑的边缘得到润滑，也就冲掉了灰尘。”

“此外，我们每次眨眼，里面的泪腺会放出一些液体冲洗眼睛，这样眼睛才不会干燥。”

妈妈的一番话使小玲完全明白了其中的道理，但如果频繁地眨眼，那可不是好习惯。

眼睛里进了沙子怎么办？

小明和小伙伴们在操场上踢足球，忽然，一阵风刮来，沙子钻进了小明的眼睛里，难受极了。怎么办呢？

小明捂着眼问妈妈，说：“沙子进了眼睛里，磨得很厉害，用手越揉越难受，怎么办呢？”妈妈忙制止他说：“眼睛里进了沙子，可千万不要用手去揉眼睛。”

“为什么？”小明不解地问。

妈妈说：“人眼珠非常娇嫩，要是用手揉，眼里的沙子会把眼球磨坏的。瞧！你双手沾满了灰尘，上面有许许多多的细菌，用手揉眼睛，细菌跑到眼睛里，就会引起别的眼病。”

小明说：“那沙子怎么从眼睛里出来呢？”

妈妈说：“别着急，我教给你一个好办法，沙子在眼睛里会刺激眼睛流出很多泪，然后你用手轻轻地把眼皮向前拉几下，再眨眨眼，眼泪就会把沙子冲出来的。”

小明依照妈妈的方法，果然灵验。

妈妈又对他说：“沙子进入眼里，千万别用脏手揉眼睛，可以请别人帮忙，或上医院让大夫把它取出来。”小明听后高兴地点点头，说：“是呀，我们的手整天摸各种各样的东西，上面沾满了灰尘和肉眼看不见的细菌病毒，再用手揉眼，当然不卫生了。”

妈妈说：“灰尘进到眼睛里后，沾在结膜上，如果用手揉，灰尘在眼里滚来滚去就会损伤结膜，细菌也就会趁机在眼里面生长繁殖，使结膜发炎。”

小明说：“妈妈，今后我一定改掉用手揉眼睛这个坏习惯。”

为什么要睡午觉？

人为什么要睡觉？当然是为了消除疲劳，恢复精力呗！

午觉其实也是这个道理。试想：上午，人的精力总是比较旺盛的，这是因为经过一夜的休息，体力得到了恢复。但是一个上午的工作或学习之后，由于体力和脑力的高度集中和紧张，新的疲劳又产

生了，中午小睡一会儿就能适当地消除疲劳，恢复精力，以便下午更好地进行工作和学习。特别是夏天，午觉尤为重要。

为什么夏天睡午觉尤为重要呢？

因为夏天的正午气温特别高，皮肤的血管往往容易扩张，血液大量集中于皮肤，使脑子里的血液减少，从而发生一时性的脑贫血现象，使人感到提不起精神来，昏昏欲睡，如果中午睡一会儿，不但大脑皮质神经细胞受到保护抑制，得到休息，同时身体各部分也得到一个全面的休息，全身肌肉放松，因活动而消耗的体力得到恢复。另外，夏天白天长，夜间短，人们一般睡得晚起得早，夜间睡眠时间比冬天少1~2个小时，所以必须以午睡时间来补充。而且经科学家们研究证明：在午间1小时左右开始睡最好，这时人体警觉自然下降，容易入睡。而午睡时间以1小时左右为宜。

人为什么能记忆？

人的记忆是由脑掌管的。脑包括大脑、小脑、间脑和脑干，它们各有不同的功能。大脑是掌管人体感觉和运动的“司令部”，也是思想活动的“指挥中心”。

大脑位于脑的最上层，外形很像核桃肉，分左右两个半球，约占整个脑的 $\frac{3}{4}$ 大小。它的外层呈灰白色，叫灰质，即通常所说的大脑皮层，约由 140 亿个神经细胞组成。内层呈白色，叫白质，大量的神经纤维集中在这里。

外界的各种声音、光、气味以及其它刺激，通过人的眼睛、耳朵、鼻子、皮肤等感觉器官被人体感知，然后由神经传送到大脑，引起大脑有关部位的兴奋。每次兴奋在大脑皮层都会留下痕迹。经过大脑的加工处理，这些兴奋可通过某种方式表现，这就是大脑的记忆能力。兴奋的次数越多强烈，留下的痕迹就越深，脑子也就记得越牢。