



# 迷人的理性

ASGP SCIENCE

米歇尔·莫菲特、格雷戈里·布朗<sup>[加]</sup>

MITCHELL MOFFIT AND GREG BROWN

——著

夏兴宇——译

 北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.



# 迷人的理性

ASGP SCIENCE

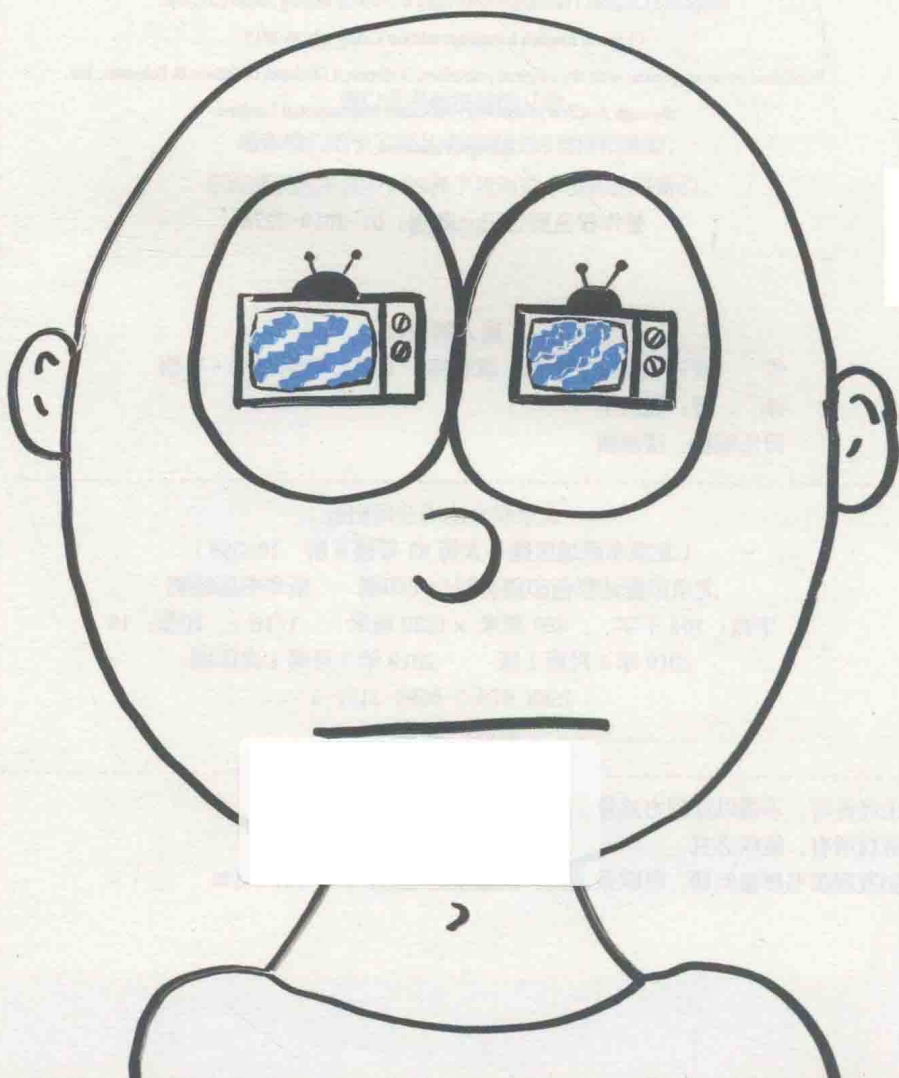
[加] 米歇尔·莫菲特、格雷戈里·布朗

著

夏兴宇

译

北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.



图书在版编目 (CIP) 数据

迷人的理性 / (加) 米歇尔·莫菲特, (加) 格雷戈里·布朗著; 夏兴字译. — 北京: 北京联合出版公司, 2019. 7

ISBN 978-7-5596-3127-5

I. ①迷… II. ①米… ②格… ③夏… III. ①科学知识—普及读物 IV. ① Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 063778 号

ASAP Science: Answers to the World's Weirdest Questions, Most Persistent Rumors, and Unexplained Phenomena by

Mitchell Moffit and Gregory Brown

Simplified Chinese Translation copyright © 2019 by Beijing Xiron Co., Ltd.

Original English Language edition Copyright © 2015

Published by arrangement with the original publisher, Scribner, a Division of Simon & Schuster, Inc.

through Andrew Nurnberg Associates International Limited.

All rights reserved.

著作权合同登记 图字: 01-2019-2278

迷人的理性

作者: (加) 米歇尔·莫菲特, (加) 格雷戈里·布朗

译者: 夏兴字

责任编辑: 楼淑敏

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数: 101 千字 880 毫米 × 1230 毫米 1/16 印张: 16

2019 年 7 月第 1 版 2019 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5596-3127-5

定价: 58.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

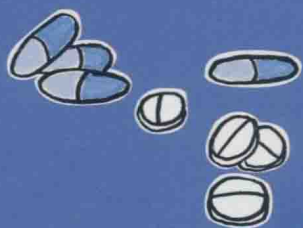
如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336

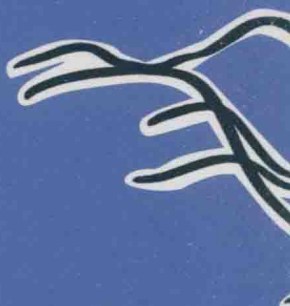
## 米歇尔·莫菲特、 格雷戈里·布朗

Mitchell Moffit & Greg Brown

---

毕业于安大略省圭尔夫大学，热衷于大众科学普及。两人联手创立了“ASCP SCIENCE”，该视频在YouTube拥有超高人气，并且获得了一众科普爱好者的追捧。





X 磨铁

出版监制：符 虚 花 卷 银 子

责任编辑：楼淑敏

产品经理：银 子

特约编辑：张 梦

封面设计：@\_叁聃

营销支持：林 璐



谨以此书献给我的父母，  
感谢他们给予了我从未间断过的支持和鼓励，  
在我成长的岁月中，培养了我对这个世界的好奇心。  
我爱你们。



RESOLVING  
PERSISTENT QUESTIONS,  
RUMORS,  
AND WEIRD  
PHENOMENA

---

直面那些经久不衰的疑问、  
广为流传的谣言和稀奇古怪的现象





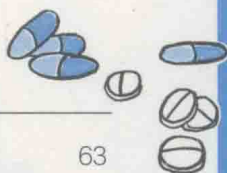
# 目录

## 直面那些经久不衰的疑问、广为流传的谣言和稀奇古怪的现象

挨冻就一定会感冒吗?	1
“响屁不臭, 臭屁不响”是真的吗?	7
把关节弄得咔咔响对身体有坏处吗?	13
“5秒钟规则”靠谱吗?	17
到底哪个更疼: 是生孩子还是“蛋疼”?	23
毛发会越剃越旺盛吗?	31
睁着眼睛打喷嚏会把眼珠打出来吗?	37
人体会自燃吗?	43
疯狂看电视对身体有害吗?	49
是先有蛋, 还是先有鸡?	53

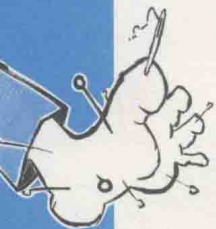
## 身体的语言

大脑会突然短路吗?	63
关于口臭的科学理论	69
鼻涕可以救命吗?	75
有专门应对打嗝儿的方法吗?	81
增肌的科学奥秘	87
为啥男人总是体毛旺盛?	93
有关年龄的科学知识	99
有关“冰激凌头疼”的科学知识	105



## 有趣的猜想

会上演现实版的生化危机吗?	113
死宅在家到底可不可行?	119



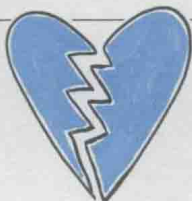
## 感觉与知觉

为什么会手脚发麻?	127
我们为什么会感觉到痒痒?	133
关于自拍的科学: 我们为什么对照片上的自己总是看不顺眼?	139
关了灯以后, 光到底跑哪儿去了?	143
为什么当我们年龄越大, 觉得时间过得越快?	147



## 热烈的冲动, 和那些充满爱意的激情

关于性感的科学	157
关于伤心的科学	161
关于爱的科学	167
关于性高潮的科学	173
跳舞可以让你找到另一半吗?	179



## 寻找坏习惯的根源

关于脏话的科学	187
关于撒谎的科学	191
关于拖延症的科学	197
关于消除宿醉的科学	203

## 关于睡觉和做梦的那些事儿

有关小憩的科学知识	211
关于晨勃的科学	215
关于“清醒梦”的科学知识	221
眼屎到底是什么东西?	227
我们应该使用贪睡按钮吗?	233
如果不睡觉会怎样?	239

## 致谢

246





# 挨冻 就一定会 感冒吗？

DOES BEING **COLD** MAKE YOU **SICK**?

冬天来了，


我们总是会听到爸妈跟我们说：

“去外面玩的时候记得穿上外套，不然，冻着了会感冒的！”

对此，我们普遍的想法和反应往往是：

别傻了，挨冻又不一定会感冒……

那么，挨冻一定会感冒吗？到底谁才是赢家？

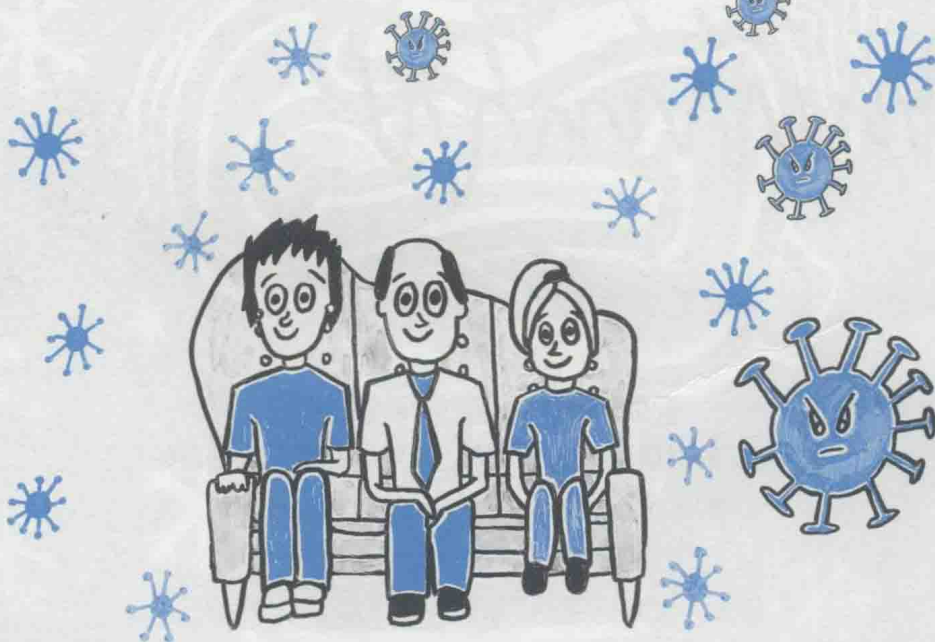
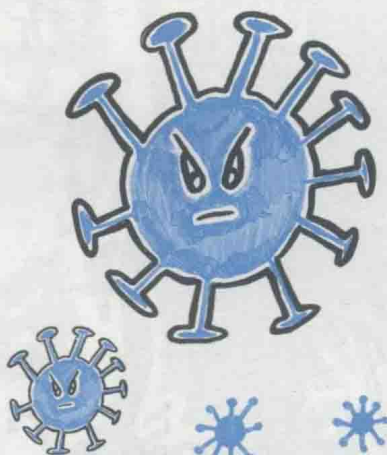


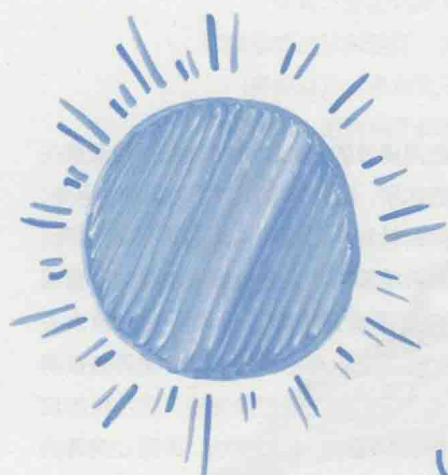
挨冻和得感冒这两件事之间，好像是有一定关联的。每年有5%~20%的美国人在晚秋和初冬季节来临时，会被普通感冒或者流感所折磨。当然更不用说感冒本身在英语中就和“寒冷”是一个单词了。

但是，有一些很重要的东西需要我们好好琢磨琢磨。首先，感冒以及流感都是由病毒引起的，所以一个简单的事实是，如果你身边没有感冒或者流感病毒的话，就算你被冻得再惨，也不会得感冒。

那么感冒和低温之间的关系到底是什么？

首先，冬天的时候，人们总是更喜欢在屋里待着，在屋里待着的时间越多，意味着人和人之间的接触就会越频繁，频繁地与人群接触就意味着给病毒的传播创造了更多的机会。





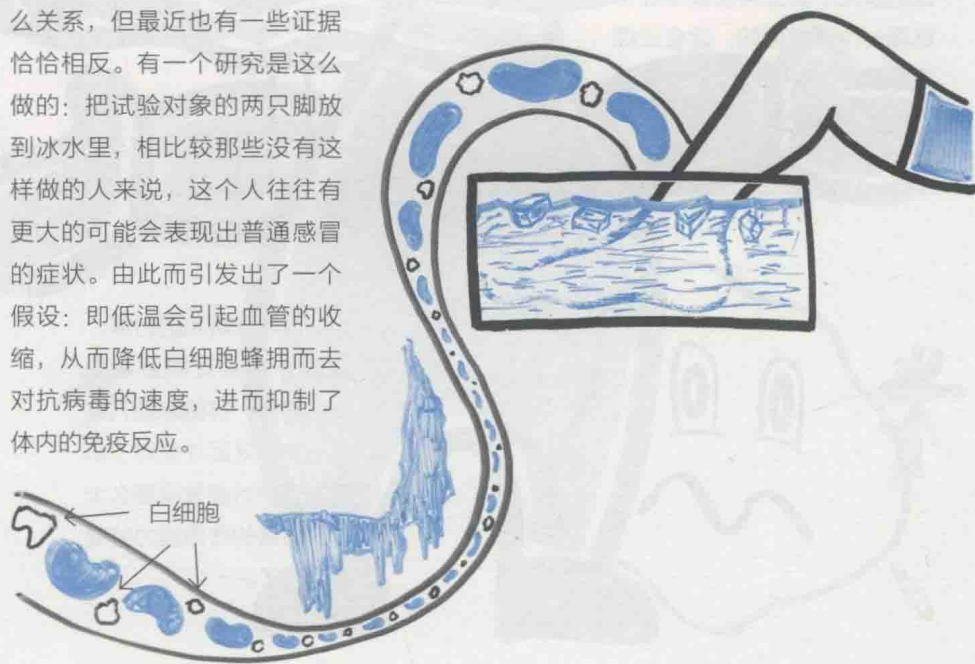
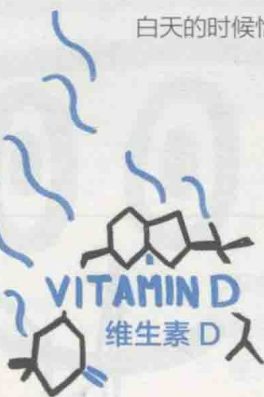
在这个基础上的第二点，湿度对于某些病毒的传播显得非常重要。

冬天湿度降低，天干物燥，病毒在这种环境下传播得更快，而我们鼻子上的黏液也干得更快——

那些黏液恰恰是你身体遭遇病毒入侵时的保护屏障。

最后，维生素 D 对我们的免疫系统来说非常重要。这种维生素我们一般是通过晒太阳来得到的，但是冬季黑夜长、白昼短，白天的时候恰好我们又更喜欢在屋里待着，所以晒太阳的时间少之又少，所以我们体内的维生素 D 比平时更是少得可怜，这对我们的健康是很不利的。

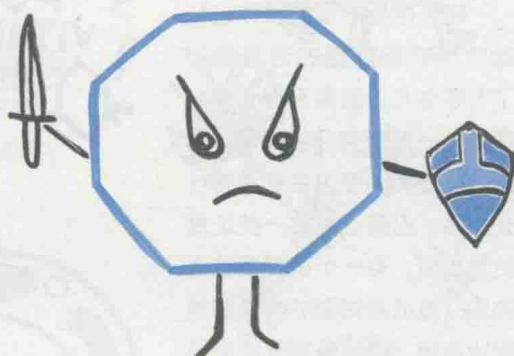
现在你是不是觉得你已经成功证明爸妈说的话是错的了？等会儿，别高兴得太早。现在有一些研究已经表明，温度的高低和人是否生病没有什么关系，但最近也有一些证据恰恰相反。有一个研究是这么做的：把试验对象的两只脚放到冰水里，相比较那些没有这样做的人来说，这个人往往有更大的可能会表现出普通感冒的症状。由此而引发出了一个假设：即低温会引起血管的收缩，从而降低白细胞蜂拥而去对抗病毒的速度，进而抑制了体内的免疫反应。





低温诱发的压力也会提升皮质醇激素在体内的水平，这同样会抑制免疫系统。另外，一项同时针对小白鼠和人类的支气管细胞所做的研究表明，免疫系统本身对于普通感冒病毒的反应程度，是和温度有较大关系的：在温度更高的时候，身体里那些被病毒感染了的细胞更有可能发生“程序性的自杀”，它们通过伟大的牺牲，来阻止病毒的扩散。

最后，对于病毒本身的研究结果也为我们展示了一个类似于秘密武器的玩意儿：在寒冷的冬天，病毒的外壳（或者说封皮儿）会变得更加坚硬，就跟一个盾牌似的，这会让病毒更顽固，在人群中的传播变得更加游刃有余。



但是在暖和的时候，这层外壳会变得更像是一层凝胶一样的东西，这样一来，这层外壳对于病毒的保护力度就没那么大了，病毒的传播能力就变得很逊了。



你看，你的爸妈其实说得也并不全错。  
如果你能这样做的话，相信你和他们都会感到高兴：  
多穿点儿、多出去玩儿，别总是憋在室内。  
这样的话，更有利于你安然无恙地度过寒冷的冬天。





# “响屁不臭， 臭屁不响” 是真的吗？

ARE SILENT FARTS MORE DEADLY?



“响屁不臭，臭屁不响”这个理论让人禁不住发笑；  
但是这种幽然袭来、默不作声的气体，  
真的要比听上去声势浩大、  
迅猛释放的那些气体更加让人无法招架吗？  
不响的屁就一定会把人臭晕吗？