

НУЖНОЕ ЧТЕНИЕ

новые
Невероятные
факты

WC

Знаки истории

Наталья Еремич

**Нужное чтение-2. Новые
невероятные факты**

«Питер»

2013

Еремич Н. Г.

Нужное чтение-2. Новые невероятные факты / Н. Г. Еремич — «Питер», 2013 — (Знаки истории)

Наверное, каждый, кто прочел интересную книгу, знает, как становится грустно, когда она подходит к концу. Но случается ведь, что выходит в свет и вторая, и даже третья часть какого-то произведения, ставшего бестселлером! Мы продолжаем знакомить вас, уважаемый читатель, с теми фактами, о которых вы еще не слышали. К примеру, всё ли вы знаете о своем организме? Если не всё, то многое? Ответ неверный – расслабьтесь и читайте! Единственное – не забывайте о том, где находитесь!

© Еремич Н. Г., 2013

© Питер, 2013

Содержание

Глава 1. Интересные факты о человеке	5
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Наталья Еремич

Нужное чтение-2. Новые невероятные факты

Глава 1. Интересные факты о человеке

Зубы мудрости – это атавизм, доставшийся нам от далеких предков. Давным-давно у людей было больше зубов, которые затем атрофировались за ненужностью пережевывать слишком грубую пищу. Но этот изъян в человеческом организме – всегда неприятность для стоматологов.

* * *

20 % нашего ежедневного потребления пищи идет на питание мозга. Хотя мозг составляет только 2 % общего веса тела, он потребляет 20 % кислорода и калорий. Три магистральные артерии головного мозга постоянно накачивают кислород. Закупорка или разрыв одной из них сразу же лишает мозг питания и вызывает инсульт. Так что лучше убедитесь, что ваши ежедневные потребности в калориях полностью удовлетворены для правильного функционирования организма.

* * *

Начиная с тридцатого года жизни у человека ежедневно гибнет 30–50 тысяч нервных клеток, уменьшаются основные размеры мозга. С возрастом мозг не только теряет вес, но и изменяет форму. У мужчин вес мозга максимален в 20–29 лет, у женщин – в 15–19.

В одном грамме человеческих экскрементов находится порядка 100 000 000 000 микробов.

* * *

Печень наиболее эффективно разлагает алкоголь между 18:00 и 20:00.

* * *

Человек на 60 % состоит из воды. Распределена она неравномерно: в жировых тканях воды – 20 %, в костях – 25, в печени – 70, в мышцах – 75, в крови – 80, в мозге – 85 % воды от нашего веса.

Остальные 40 % веса человеческого тела распределяются так: белки – 19 %, жиры – 15, минеральные вещества – 5, углеводы – 1 %.

* * *

Костный мозг взрослого человека – рыхлая масса, наполняющая внутренние полости некоторых костей. Весит он в среднем 2,6 килограмма. За 70 лет жизни костный мозг дает 650 килограммов эритроцитов и тонну лейкоцитов.

* * *

Даже суровые мужчины ежедневно проливают 1–3 миллилитра слез. Слезы постоянно вырабатываются слезными железами и увлажняют роговицу глаза, предохраняя ее от воздействия воздуха и пыли.

* * *

Диаметр глазного яблока у всех людей одинаков – 24 миллиметра.

* * *

Самый тяжелый орган человека – кожа. У взрослого она весит 2,7 килограмма. Это и самый крупный выделительный орган, о чем нередко забывают, кутаясь без особой надобности, лишь изредка прибегая к водным процедурам и парной. Самый тяжелый внутренний орган – печень, ее вес – 1,5 килограмма. Для сравнения: сердце весит в среднем всего 325 граммов.

* * *

Улыбаясь всего дважды в день, можно понизить кровяное давление.

* * *

У взрослого человека сердце за день перекачивает около 10 тысяч литров крови. За один удар в аорту ее выбрасывается примерно 130 миллилитров.

* * *

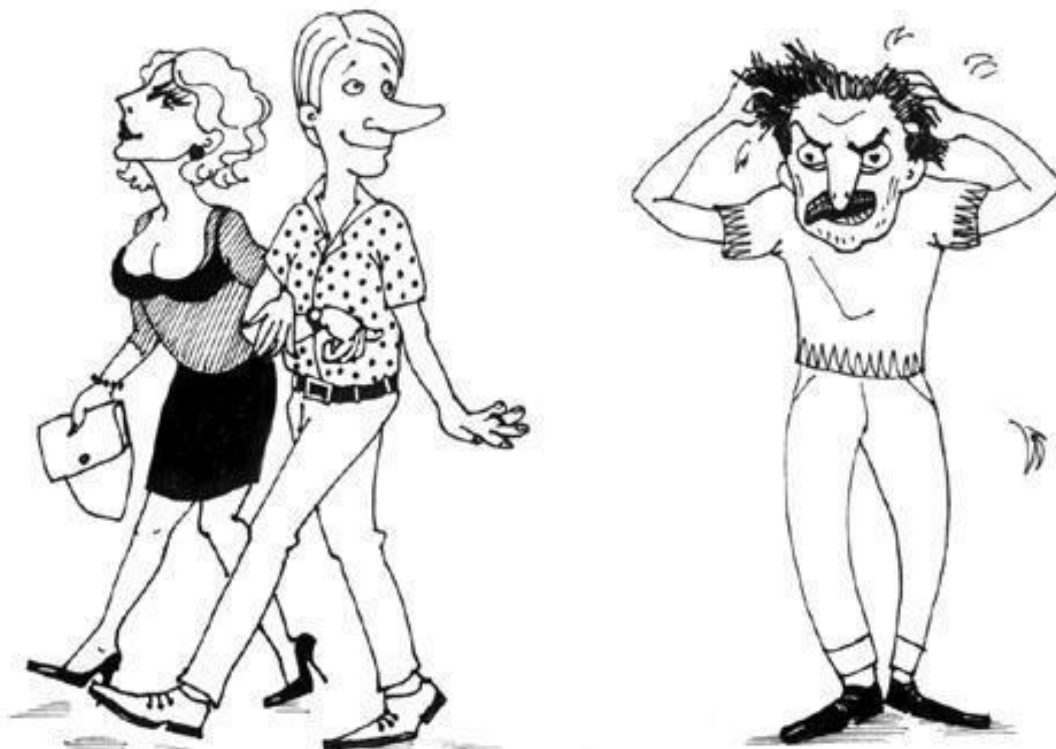
Плазма человеческой крови и морская вода очень схожи по составу, утверждают биохимики.

* * *

Краткосрочная память одновременно может обрабатывать около 5–9 задач или цифр. Это одно из объяснений того, почему мы можем запомнить номера телефонов.

* * *

Неженатые люди в семь раз больше подвержены психическим расстройствам, нежели женатые.



* * *

Только люди и собаки могут болеть простатитом.

* * *

Запивая еду, мы сокращаем количество кислоты в ротовой полости на 61 %.

* * *

Причиной кариеса является длительное воздействие кислот ротовой полости на зубные ткани.

* * *

Палец человека за всю жизнь сгибается около 25 миллионов раз.

* * *

Человек может прожить без еды 30–40 дней, без воды – 3–5 суток, без воздуха – 3–6 минут.

* * *

Уши растут всю жизнь (точнее, мочки ушей).



* * *

Среднее количество волос на голове: у блондинов – 140 тысяч, у брюнетов – 102 тысячи, у шатенов – 109 тысяч, у рыжих – 88 тысяч.

* * *

На языке находится около 9 тысяч вкусовых рецепторов. Наилучшая температура для их работы – +24 °С.

* * *

Площадь обонятельной зоны носа – 5 квадратных сантиметров. Здесь расположено около миллиона обонятельных нервных окончаний. Чтобы в нервном обонятельном волокне возник импульс, на его окончание должно попасть примерно 8 молекул пахучего вещества. Чтобы возникло ощущение запаха, должно возбудиться не менее 40 нервных волокон.

* * *

Чувство жажды появляется при потере воды, равной 1 % веса тела. Потеря более 5 % может привести к обмороку, а более 10 % – к смерти.

* * *

Глоток воды – много это или мало? Многочисленные измерения показали, что мужчина проглатывает одним глотком в среднем 21 миллилитр жидкости, а женщина – 14 миллилитров.

* * *

Вентиляция легких (число вдохов, умноженное на объем вдыхаемого воздуха) у здорового человека достигает 5–9 литров в минуту.

* * *

Общий вес бактерий, живущих в организме человека, составляет 2 килограмма.



* * *

У человека примерно 2 миллиона потовых желез. Средний взрослый человек с каждым литром пота теряет 540 калорий. Мужчины потеют примерно на 40 % больше, чем женщины.

* * *

Самые мелкие клетки в организме мужчины – клетки спермы.

* * *

Человеческий волос толще мыльной пленки примерно в 5 тысяч раз.

* * *

Люди с голубыми глазами более чувствительны к боли, чем все остальные.

* * *

Положение тела влияет на память. Воспоминания глубоко укоренились в наших двигательных рефlekсах. Резкий запах или звук также могут вызвать эпизод из детства, давно забытый нами. Ассоциации могут быть очевидными, а бывают и неясными.

* * *

Кости растут не постоянно. Время от времени они делают перерыв, чтобы восстановить минеральный баланс. Кости также помогают компенсировать уровень кальция в организме, который нужен органам и мышцам. В костной ткани содержатся фосфор и кальций, и если они находятся в дефиците, определенные гормоны заставляют кости делать перерыв в росте до тех пор, пока соответствующая внеклеточная концентрация кальция не будет достигнута. В противном случае наш организм не сможет нормально функционировать.

* * *

Максимальное понижение кровяного давления происходит около 4:00–5:00.

* * *

Интенсивнее всего легкие дышат между 15:00 и 17:00.

* * *

Чувства слуха, обоняния и вкуса обостряются между 18:00 и 20:00.

* * *

Рост волос и ногтей ускоряется между 17:00 и 19:00.

* * *

Мозг наиболее эффективно работает в период от 10:00 до 12:00.

* * *

Чувство одиночества тяжелее переносить между 20:00 и 22:00.

* * *

Кожа является наиболее проницаемой для косметических средств в период от 18:00 до 20:00.

* * *

Острота зрения у тех, кто находится за рулем, снижается максимально около 2:00.

* * *

Наша кожа имеет четыре цветовых пигмента. Это желтовато-белый, красный, желтый и черный. Все эти четыре тона смешиваются в разных пропорциях и создают цвета кожи всех людей на Земле. На цвет кожи влияет в основном степень воздействия ультрафиолетовых лучей.

* * *

Чувство усталости появляется при нагрузках 35–65 % от абсолютных возможностей человека.

* * *

Активность сердечно-сосудистой системы максимальна к 18:00, минимальна в 3:00–4:00.

* * *

Научное название пупка – умбиликус.

* * *

Человек – единственный представитель животного мира, способный рисовать прямые линии.

* * *



При улыбке у человека «работают» 17 мускулов.

* * *

Человеческий мозг генерирует за день больше электрических импульсов, чем все телефоны мира, вместе взятые.

* * *

Явление, при котором от сильного света человек теряет способность видеть, называется «снежная слепота».

* * *

Тонкая кишка человека при жизни имеет длину порядка 2,5 метра. После его смерти, когда мускулатура стенки кишки расслабляется, ее длина достигает 6 метров.

* * *

Человеческое тело содержит столько жиров, сколько нужно для производства семь кусков мыла.

* * *

Мужчины примерно в 10 раз чаще женщин страдают дальтонизмом.

* * *

Средняя человеческая голова весит 3,6 килограмма.

* * *

Отпечаток пальца появляется у человека уже на 3-м месяце после зачатия.

* * *

Проведя несколько часов за компьютером, посмотрите на лист белой бумаги. Скорее всего, она вам покажется розовой.

* * *

Ноготь вырастает полностью (от основания до кончика) за 6 месяцев.

* * *

Мужские волосы по диаметру в два раза больше женских.

* * *

ДНК обезьян на 98,6 % совпадает с человеческой.

* * *

На лысой голове тоже есть волосы. Это особые тонкие волосы, которые называются vellus.

* * *

Указательный палец на руке – самый чувствительный среди пальцев.

* * *

До 3-месячного возраста дети не умеют смеяться.

* * *

Угрюмые люди страдают от сердечных заболеваний на 40 % чаще весельчаков.

* * *

Психолог Калифорнийского университета С. Любомирски вместе с коллегами выделила пять вещей, которые, по ее мнению, помогают быть счастливыми.

Во-первых, необходимо быть благодарным. Те участники экспериментов, которых психологи попросили написать благодарственные письма людям, когда-либо оказавшим им помощь, чувствовали себя значительно счастливее, чем те, кто таких посланий не писал. Причем совершенно не обязательно было отправлять эти письма – даже простое выражение благодарности на бумаге заставляло людей ощущать прилив счастья.

Во-вторых, нужно быть оптимистом. Участникам проекта было дано задание подумать, каким они видят свое идеальное будущее: это может быть, например, семейная жизнь с любящим и надежным партнером или полноценная профессиональная деятельность. После этого свои мысли нужно было записать в личный дневник. Те, кто практиковал таким образом в течение нескольких недель позитивное мышление, говорили, что их душевное состояние значительно улучшилось.

В-третьих, нужно уметь радоваться своим удачам. Так, люди, которые записывали по три случая, порадовавших их за неделю, концентрировались именно на всем хорошем, что происходило в их жизни, и находили больше причин быть счастливыми.

В-четвертых, следует использовать свои сильные стороны. Например, те, кто считает, что обладает неплохим чувством юмора, могут разрядить шутками напряженную обстановку деловой встречи или утешить друга, попавшего в беду. Юмор также помогает забыть о своих бедах.

В-пятых, нужно совершать добрые поступки, ведь, как известно, помощь всегда возвращается. Люди, которые пожертвовали свое время и деньги на помощь нуждающимся, говорили, что почувствовали себя после этих актов милосердия гораздо более счастливыми.

* * *

За желание человека иметь хорошую репутацию ответственна правая боковая доля предлобной коры мозга. Такой вывод сделали после проведенных исследований немецкие ученые из Цюриха. Если нормальная работа этой части мозга нарушена, человек не в силах побороть искушения и соблазны, даже если осознает, что они разрушат его репутацию.

* * *

В настоящее время определено 19 типов человеческих улыбок, которые разделены на две категории – «социальные» и «искренние». Последние заставляют работать до 53 мышц лица, а улыбки «из вежливости» – немногим больше пяти. Как мы уже отмечали, в среднем улыбка задействует 17 мышц и является прекрасной гимнастикой для лица.

* * *

Цветовое зрение по-разному выражено у представителей различных рас. Более половины европеоидов, например, обладают повышенной чувствительностью к красному и различают больше его оттенков.

* * *

Цвет радужки зависит от количества пигмента меланина. Темные глаза (много меланина в радужке) у жителей южных солнечных стран и слепящих снежных равнин.

* * *

Наибольший процент дальтоники зарегистрированы в Чехии и Словакии, в то время как на островах Фиджи и среди бразильских индейцев дальтоники практически нет.

* * *

Чтобы заснуть, нормальному человеку требуется в среднем 7 минут.

* * *

Во сне вы сжигаете больше калорий, чем во время просмотра телевизора.

* * *

Репелленты не отпугивают комаров – они «прячут» человека. Вещества, содержащиеся в репеллентах, блокируют рецепторы, с помощью которых комары находят свою жертву.

* * *

Натуральный рыжий цвет волос встречается в мире реже остальных.

* * *

После 40 лет человек начинает «расти вниз». Каждые 10 лет рост уменьшается на 1 сантиметр. Причина этого – высыхание хрящей в суставах и позвоночнике.

* * *

Правши живут в среднем на 9 лет дольше, чем левши.

* * *

Жизнь человека возможна только при температуре тела в пределах +32... +43 °C.

* * *

Волосы бровей, ресницы и подмышечные волосы живут 3–4 месяца, волосы головы – 4–6 лет.

* * *

Когда мы замерзаем, то дрожим, чтобы опять согреться. Дрожь вызывается частыми быстрыми сокращениями мышц тела. Движение мышц вырабатывает тепло – вот почему нам становится жарко после зарядки. Именно поэтому дрожь тоже помогает человеку согреться.

* * *

Мы покрываемся мурашками, когда нам холодно, потому что вся наша кожа, кроме губ, ладоней и ступней, покрыта волосами. Чаще всего они такие короткие, что человеку трудно их разглядеть. Когда мы замерзаем, крошечные мышцы заставляют волоски выпрямляться. Волоски встают, и воздух между ними образует промежуточный слой, помогающий сохранить тепло тела. Движение мышц приводит к тому, что у основания волосков вздуваются маленькие пупырышки, которые мы привыкли называть мурашками.

* * *

Когда нам жарко, мы потеем, потому что после зарядки или если у нас высокая температура маленькие железы в нашей коже выделяют пот. А он состоит на 99 % из воды. Испаряясь, вода уносит с собой наше тепло, и мы остываем. В тех краях, где бывает одновременно тепло и влажно, вода не испаряется. Она стекает капельками, и в этом случае, потея, человек почти не охлаждается.

* * *

Люди «коричневеют» на солнце потому, что, когда человек продолжительное время находится под его воздействием, клетки организма начинают вырабатывать особое вещество, называемое «меланин». Таким образом, человек приобретает загар, а его потемневшая кожа становится менее восприимчивой к воздействию солнечных лучей. Однако слишком долго быть на солнце нельзя – есть опасность получить сильные ожоги и навредить организму.

* * *

Когда вы краснеете, ваши щеки розовеют и вы чувствуете, как к ним приливает тепло. Чем больше вы стараетесь сделать вид, что ничего не происходит, тем хуже это у вас получается. Люди краснеют потому, что крошечные сосуды под кожей наполняются кровью. Чаще всего причиной тому служат определенные человеческие чувства – сильное смущение или стыд. У людей, которые часто употребляют алкоголь или едят много острой пищи, лицо навсегда может остаться багровым.

* * *

Некогда яркий румянец считался одним из главных признаков красоты, и девушки специально щипали себе щеки, чтобы заставить их порозоветь.

* * *

Иногда, когда вы больны, температура у вас поднимается выше обычного. Это состояние мы называем «жар», а провоцируется оно микробами, которые принесли в ваше тело болезнь. Микробы вырабатывают вещества, влияющие на ту часть мозга, которая контролирует температуру тела. Под их воздействием мозг отдает приказ создать другие вещества, которые обычно

сигнализируют организму о понижении окружающей температуры. Тело отвечает на этот сигнал, и вам становится жарко.

* * *

Почему мы чихаем? Существует слишком много разных вирусов простуды, чтобы найти против них всех вакцины. Человек автоматически чихает, чтобы освободить нос от того, что раздражает его слизистую оболочку. Раздражение может быть вызвано пылью или воспалением, которое начинается от простуды или высокой температуры. Некоторые люди чихают, когда смотрят на яркий свет. Когда мы чихаем, задняя часть рта закрывается языком и дыхание с силой выходит из носа. По воздуху разлетаются капельки воды, движущиеся со скоростью около 150 километров в час. Микробы простуды чаще всего передаются от человека к человеку именно таким путем. Мировой рекорд по чиханию поставила одна английская девочка, которая чихала не останавливаясь 32 месяца подряд.

* * *

Почему мы зеваем? Человек может зевать от усталости, недосыпания, отсутствия свежего воздуха или просто от скуки. Бывает, что зевать начинаешь только от того, что видишь, как зевает рядом сосед. Перестать зевать, так же как и чихать, человек не может по собственной воле. При зевке рот широко открывается, и мы сначала делаем глубокий вдох, а затем – сильный выдох.

* * *

Из чего сделаны люди? Как и все остальное в мире, человеческие тела состоят из элементов – основных неделимых веществ. Самые распространенные элементы тела – это углерод, водород, кислород и азот. Различные их комбинации создают углеводы, жиры, белки и воду – вещества, образующие ткани тела. В организме содержится также немного кальция и фосфора (в костях и зубах), железа (в крови и мышцах), хлора, натрия, калия и небольшое количество других элементов. Однако большая часть тела (65 %) состоит из воды.

* * *

Зачем нужны кости? Кости составляют каркас тела. К конечностям (рукам и ногам) и позвоночнику прикрепляются мышцы, без которых мы не смогли бы двигаться. Череп, грудная клетка и таз защищают хрупкие внутренние органы, такие как мозг, сердце и мочевой пузырь. В костях накапливается кальций, а внутри них находится костный мозг, из которого образуются потом кровяные тельца.

* * *

В человеческом теле более 600 мышц, вес которых составляет более 40 % общего веса тела.

* * *

Умнее ли те люди, у которых больше мозг? Не обязательно – ведь, в конце концов, и у слона, и у кита мозг гораздо больше человеческого. Гораздо важнее, как соотносятся размеры мозга с размерами остального тела. А еще важнее, чем вес и размер самого мозга, величина его внешнего слоя, или коры, то есть «думающей» его части. Кора человеческого мозга напоминает скорлупу грецкого ореха: она изогнута и потому имеет большую площадь. Однако ученые обнаружили, что, хотя размеры человеческого мозга могут быть очень разными, на умственных способностях людей это, по-видимому, не отражается.

* * *

Почему мы ходим на двух ногах? Способность ходить на двух ногах – это одна из основных черт, отличающих человека от обезьяны. У человека лучше развит мозг, и мышцы его рук имеют более сложное устройство. Поэтому люди и смогли использовать руки для того, чтобы носить в них орудия труда или охотничьи принадлежности. Если бы человек продолжал ходить на четвереньках, он не смог бы свободно действовать руками.

* * *

Что происходит с едой после того, как мы ее проглотили? Чтобы еда принесла человеку пользу и дала необходимую энергию, она должна превратиться в химические элементы, которые затем тело впитает в себя. Этот процесс начинается еще во рту, когда слюна растворяет пищу, а зубы измельчают ее. Позже, в желудке, на нее воздействуют кислота и желудочные соки. Выйдя из желудка, пища попадает в кишечник, где продолжает взаимодействовать с желудочным соком. Потом она всасывается через капилляры в кровь, проходящую через печень – расположенные там тысячи ферментов обезвреживают любой яд (такой как алкоголь, например), сохраняя при этом полезные железо, витамины и глюкозу. Та часть пищи, которая осталась непереваренной, выходит из человека как ненужная.

* * *

Сколько еды умещается в желудке? Желудок взрослого человека способен удержать 0,9 литра пищи. Иногда, после особенно плотного обеда или ужина, он растягивается, и тогда в него помещается больше.

* * *

Сколько времени переваривается пища? После нормального обеда пища 2–4 часа проводит в желудке и только потом попадает в тонкую кишку. В этой 6-метровой трубе пищеварение продолжается еще 4–6 часов, пока все непереваренные продукты не попадут в толстую кишку, длина которой около 1,5 метра. Они могут оставаться там еще 15 часов, а затем вода и полутвердый осадок выходят из организма.

* * *

Почему мы икаем? Чаще всего люди икают, если едят слишком торопливо, проглатывают слишком горячую или слишком холодную пищу либо пьют сильногазированные напитки. Икота начинается, когда диафрагма (мышечная стенка между брюшной полостью и грудной клеткой) сжимается в спазме, заставляя человека очень быстро вдыхать. Смыкающиеся при этом голосовые связки производят шум, немного напоминающий кашель.

* * *

Что делать, чтобы перестать икать? Есть много способов избавления от икоты: одни предлагают испугать икающего, другие – приложить ему к спине лед. Скорее всего, лучшими средствами являются те, которые помогают успокоить дыхание: вы можете, например, попробовать пить воду с дальнего края стакана или выдохнуть в бумажный (не полиэтиленовый!) пакет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.