

# ЗАЩИТНЫЕ СИСТЕМЫ НАШЕГО ОРГАНИЗМА

---



Москва, Москва  
Россия

Девять защитных систем нашего организма. Оказывается, икота тоже входит в этот список... Наш организм — это достаточно сложная совокупность многих систем, которые тяжело поддаются пониманию. Одной из них является защитная система человеческого тела. Она защищает нас 24 часа в сутки, семь дней в неделю от разнообразных внешних факторов, способных навредить нам. Сегодня мы расскажем о девяти защитных функциях человеческого тела.

**Зевание** Основной функцией зевания является охлаждение нашего мозга после перегрева или перегрузки.

**Чихание** Обычно мы чихаем, когда в носовой полости скапливается слишком много аллергенов, микробов, пыли или других раздражителей, чтобы избавиться от этого «мусора» в носу.

**Потягивание** Мы потягиваемся для того, чтобы подготовить организм к физическим нагрузкам, которые ожидают его в течение дня. В это время разминаются мышцы, восстанавливается кровообращение и улучшается настроение.

**Икота** Когда человек ест очень быстро, глотает еду большими кусками или элементарно переедает — в этот момент происходит раздражение блуждающего нерва, тесно связанного с нашим желудком и диафрагмой. Поэтому мы и икаем.

**Миоклонические судороги** Это то чувство, когда ты лежишь в постели и уже проваливаешься в сон, но в эту самую секунду всё твоё тело будто бьют током. В это время мышцы сокращаются так сильно, что тебя аж подбрасывает на кровати и ты сразу же просыпаешься. Дело в том, что, когда ты начинаешь засыпать, частота дыхания резко снижается, а пульс

слегка замедляется, мышцы расслаблены, а в совокупности подобное состояние мозг ошибочно воспринимает как предсмертное. Поэтому он и пытается тебя тотчас же спасти. Разбухание кожи от влажности. Распухшие подушечки пальцев играют очень важную роль. Дело в том, что, когда организм сталкивается с повышенной влажностью, он понимает, что там может быть скользко. Поэтому кожа на кончиках наших пальцев немедленно начинает преобразовываться для того чтобы повысить ее сцепление с гладкими поверхностями. Потеря памяти. Потеря памяти часто происходит после не самых приятных воспоминаний. Поэтому мозг навсегда удаляет эти ужасные моменты из нашей памяти. Гусиная кожа. Первая и самая главная функция пупырышек – уменьшение выделения тепла через поры в нашей коже, за счет чего организму куда проще согреться в неблагоприятных климатических условиях. Слезы. Помимо защитной функции слизистой оболочки при попадании в глаз инородных тел, слёзы служат еще и инструментом эмоциональной защиты организма. Ученые считают, что в стрессовых ситуациях организм создает новый, очень мощный очаг раздражения, чтобы отвлечь человека от той боли, которую он испытывал до этого. Мы должны быть благодарны нашему телу за то, что оно каждый день работает на нашу безопасность. Наш организм находится под постоянным контролем.

[Сообщить Другу](#)