

身 体 大 发 现

为什么会 打喷嚏、 放屁？

文：〔日〕La Zoo 图：〔日〕菅原启子 翻译：朱燕翔



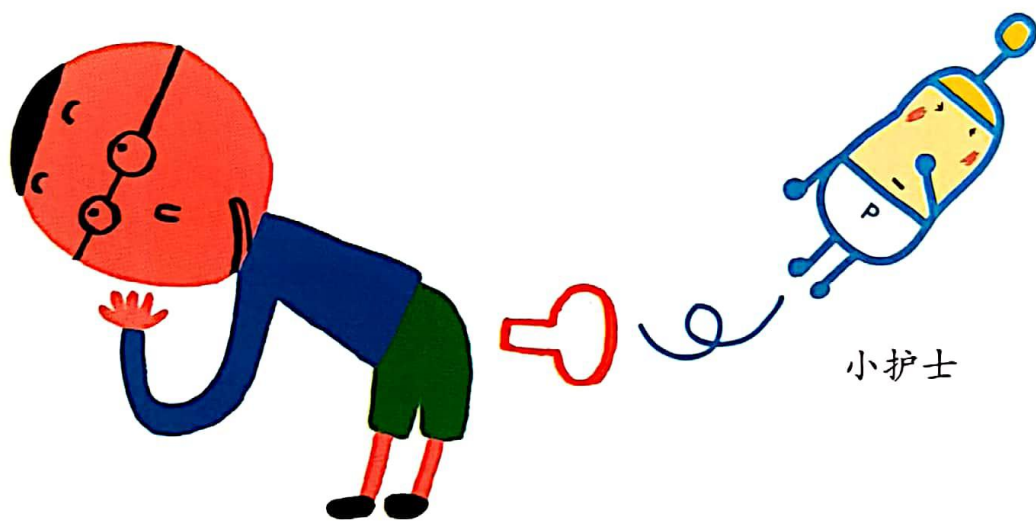
河北出版传媒集团
河北教育出版社

2

身体大发现（第二辑）

为什么会 打喷嚏、放屁？

文：〔日〕La Zoo 图：〔日〕菅原启子 翻译：朱燕翔



找一找身体发出的声音！

河北出版传媒集团
河北教育出版社

呼——呼——
北风呼呼地吹，很冷。

好冷啊！





天气变冷，感冒的孩子也多了。
感冒时，会出现各种症状。



为什么会打喷嚏、咳嗽呢？

嚏...
嚏...

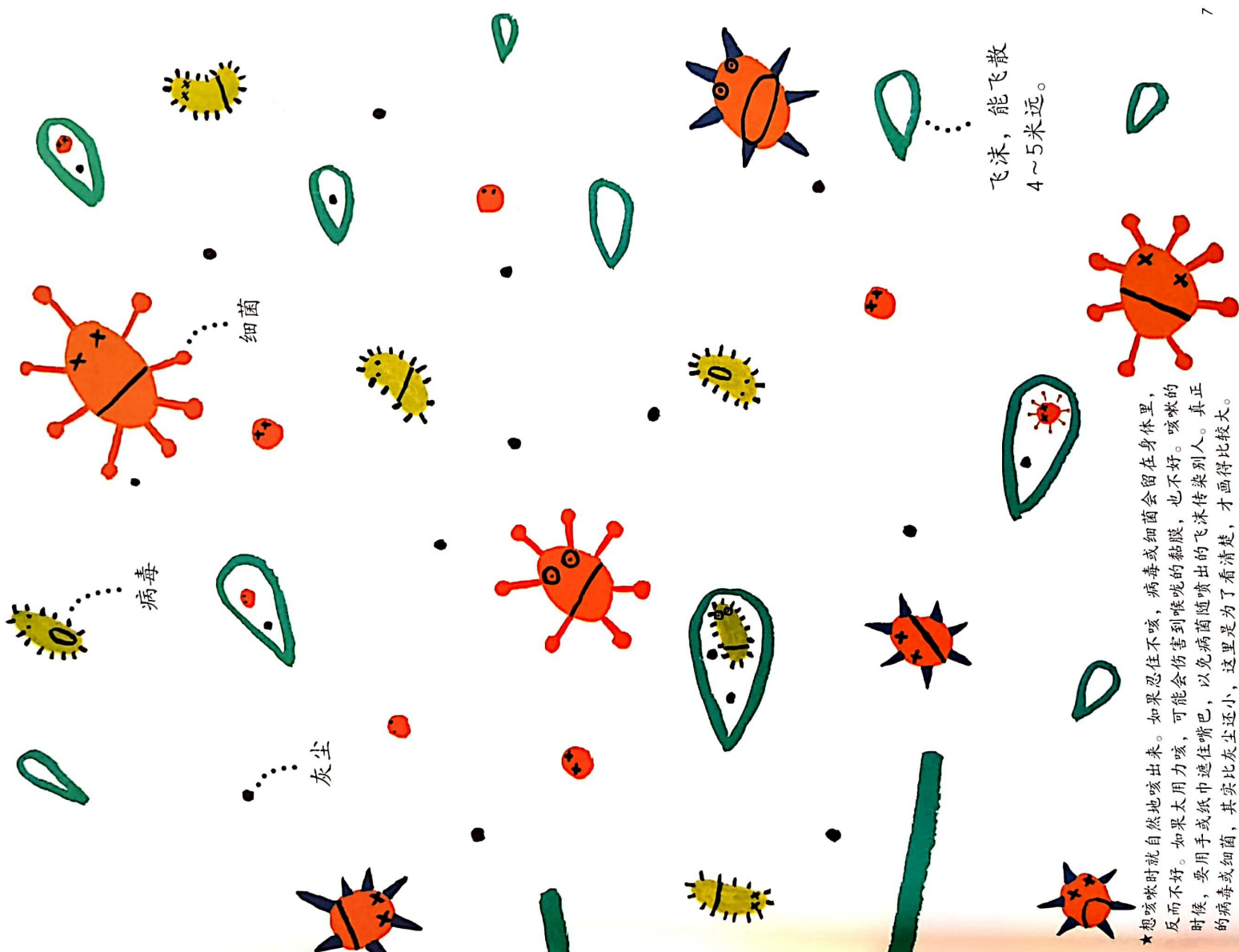
流鼻涕。

咳！
咳！

咳嗽。

打喷嚏或咳嗽，是要把进入鼻子、
喉咙里的病毒、细菌和灰尘排出体外。





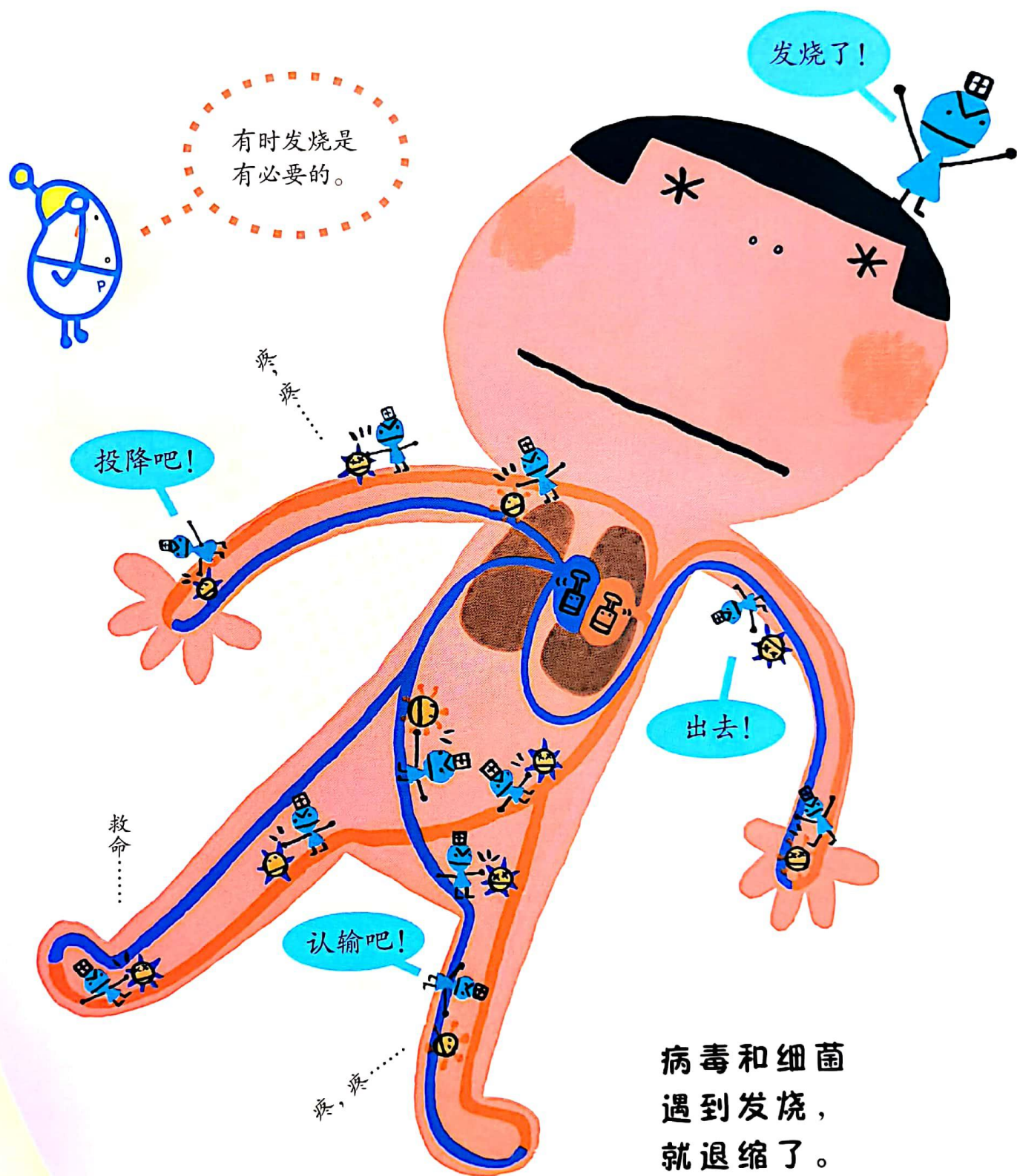
★想咳嗽时就自然地咳出来。如果忍住不咳，病毒或细菌会留在身体里，反而不好。如果太用力咳，可能会伤害到喉咙的黏膜，也不好。咳嗽的时候，要用手或纸巾遮住嘴巴，以免病菌随喷出的飞沫传染别人。真正的病毒或细菌，其实比灰尘还小，这里是为了看清楚，才画得比较大。

流鼻涕，是为了清除身体里的
病毒、细菌和灰尘。

擤鼻涕，
把病菌
赶出去！



发烧，是因为身体正在和病毒、细菌打仗。



★发烧时，表示身体正在努力抵御病毒和细菌，所以很重要。不过要特别注意的是：平常身体较弱，或是患有慢性病、易中暑的孩子，应该尽快退烧。

— ॐ — ॐ — ॐ —



— ॐ — ॐ — ॐ —





呼气的声音，
是不是怪怪的？

心脏扑通扑通
的跳动声，是
不是能听得很
清楚？

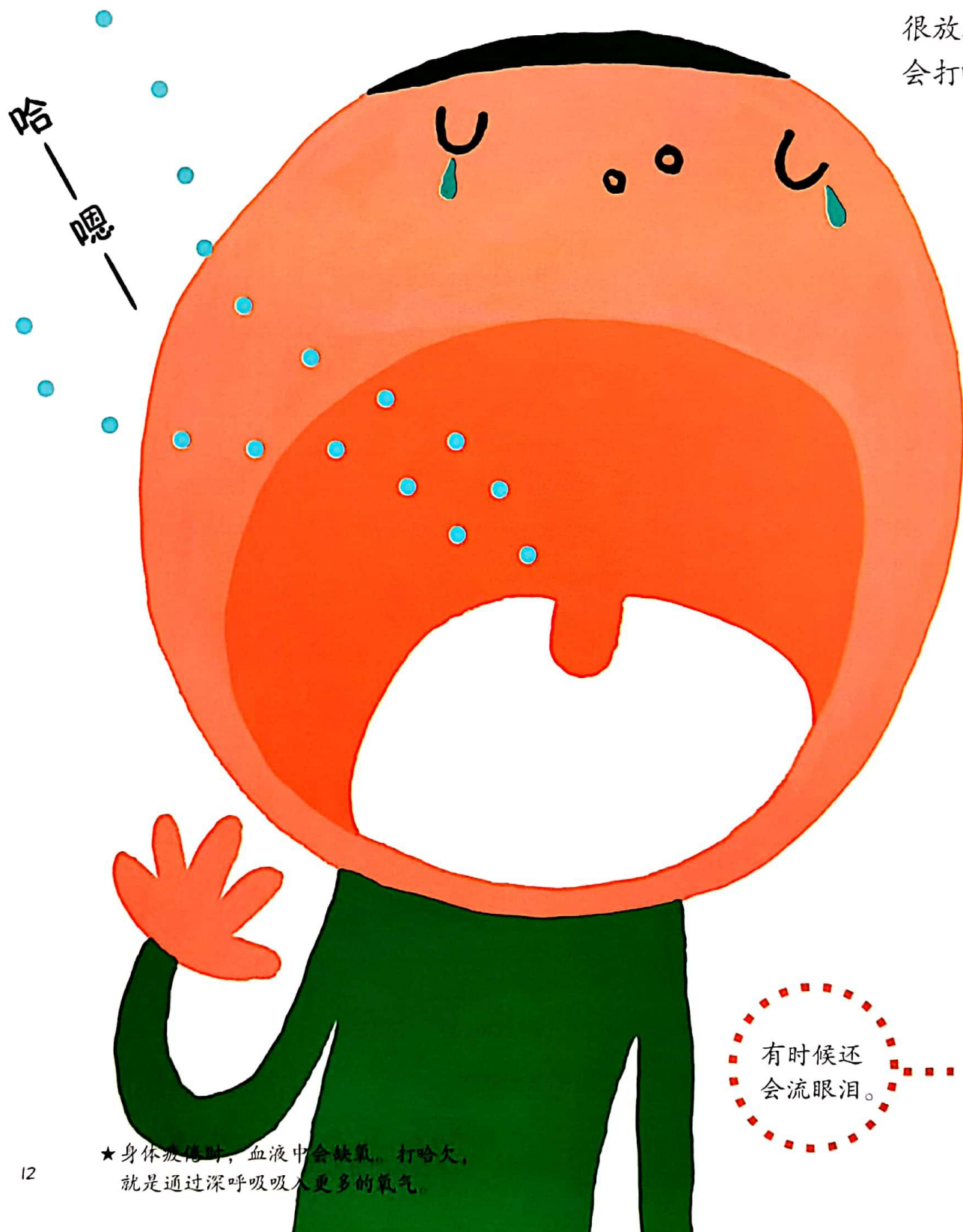
是不是清楚
地听见肠子
的蠕动声？

肠子有没有
发出咕噜咕
噜的怪声？

身体还会发出哪些声音呢？

“哈——嗯——”

啊，有了！就是打哈欠。



很放松的时候，
会打哈欠哟。

有时候还
会流眼泪。



★身体疲倦时，血液中的氧气会减少。打哈欠，
就是通过深呼吸吸入更多的氧气。

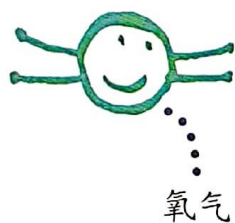
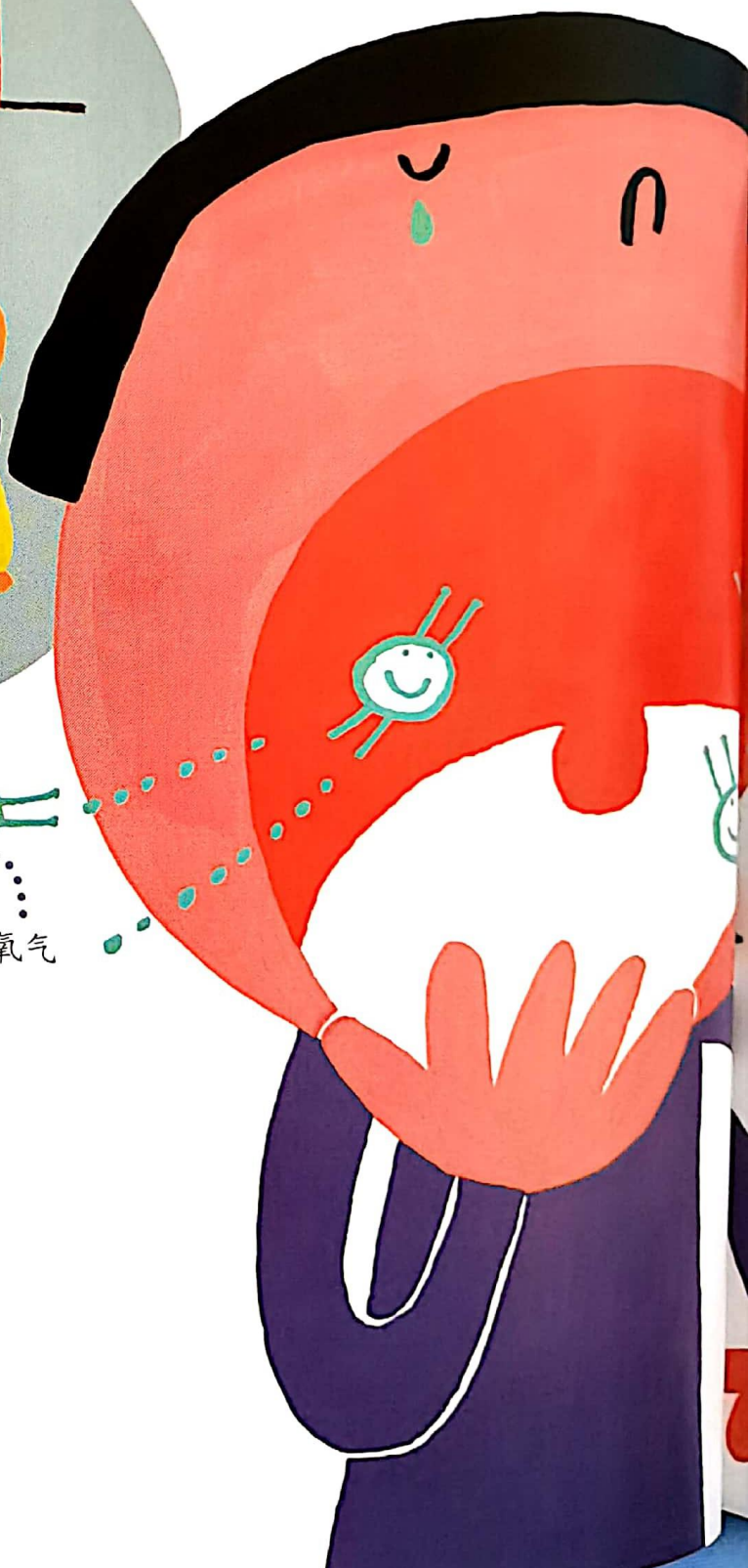
打哈欠是身体在进行空气交换运动！



什么时候会打哈欠呢？

在密闭的空间，人很多的时候，会打哈欠。

EXIT



你在什么时候
会打哈欠呢？



没事做，觉得无聊的时候，会打哈欠。



在很舒适的场所，打哈欠
会相互传染。



很安心、想睡觉的时候，
也会打哈欠。

因为身体需要
更多的氧气。

“嗝……嗝……”这是打嗝。



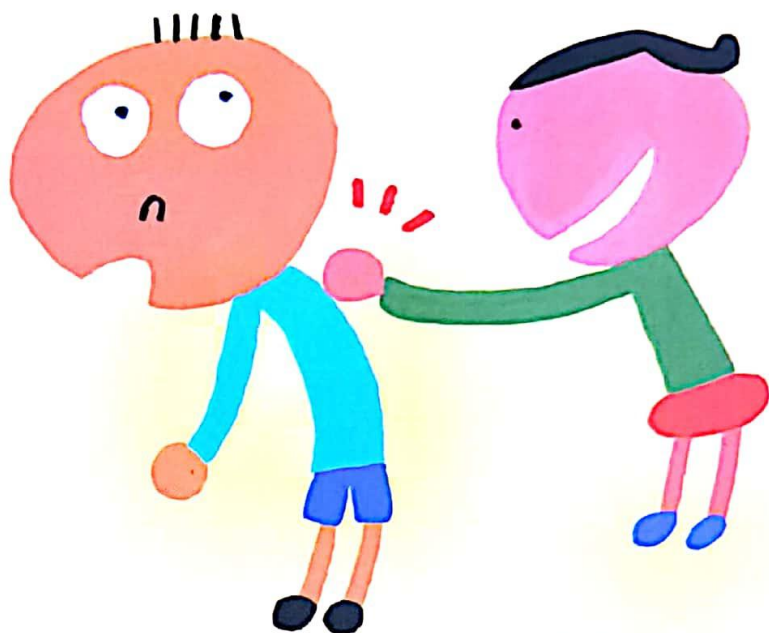
★吃、喝太热、太冷或刺激性很强的东西，就会打嗝。
吃得太急、太快，也会打嗝。

停止打嗝大作战！

尽量伸长舌头。



请别人帮忙捶捶背。



忽然受到惊吓。



这个办法有点儿难：
把两手放头上，请别人倒水给你喝。

对有些人有效，对有些人则不一定……

“嗝！”这是和食物一起
吃进肚里的空气，从嘴里
出来时发出的声音。

吃进很多好吃的食物，
同时也吃进很多空气。

嗝！

在国外，
这是比当众放
屁还不礼貌
的行为呢！





给婴儿喝完牛奶，
一定要轻拍其后背，
直到把嗝打出来。

胃里的空气，又
从嘴巴出来了。



嗝！



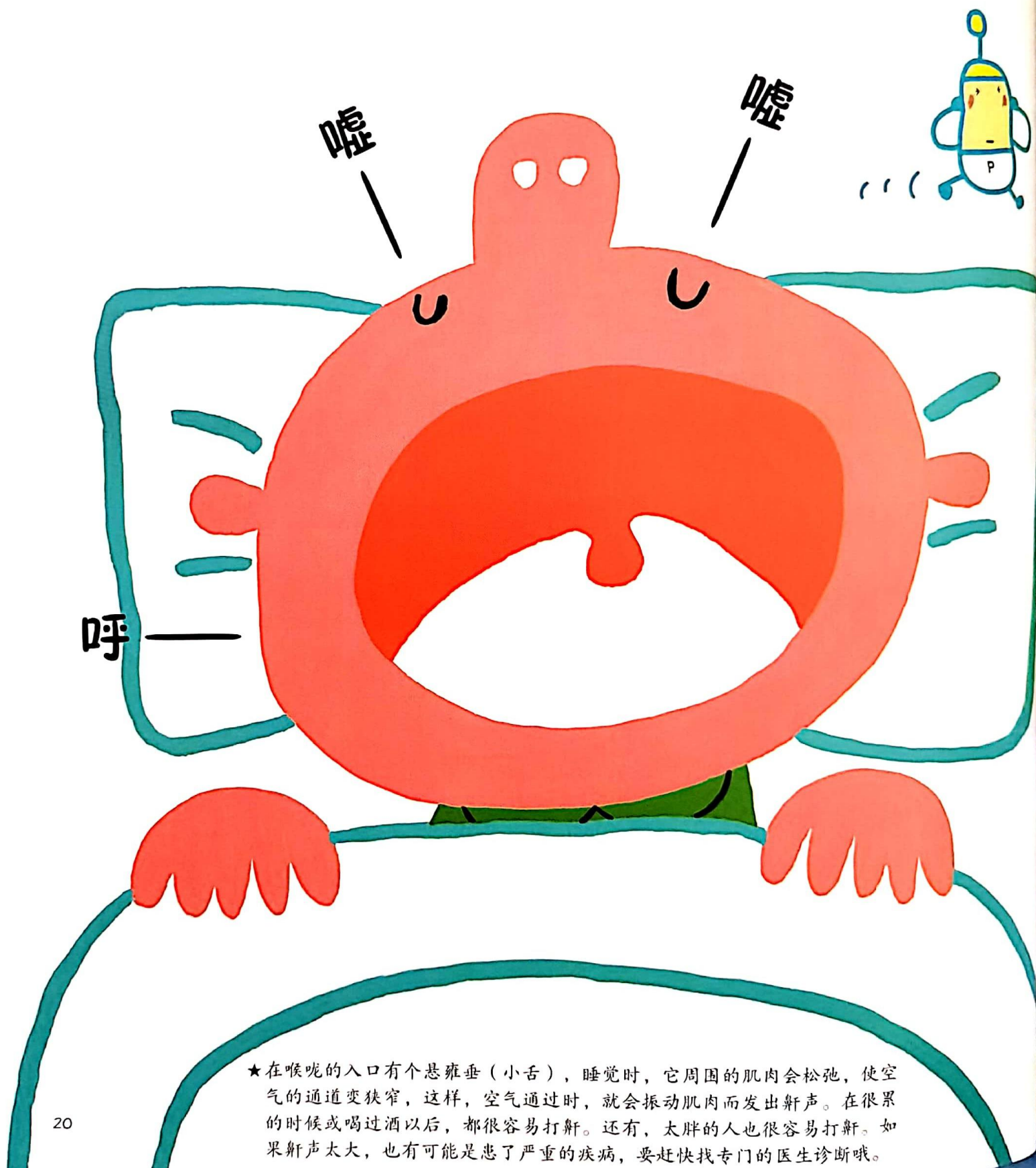
吃得太急，也会
吃进许多空气。

嗝！



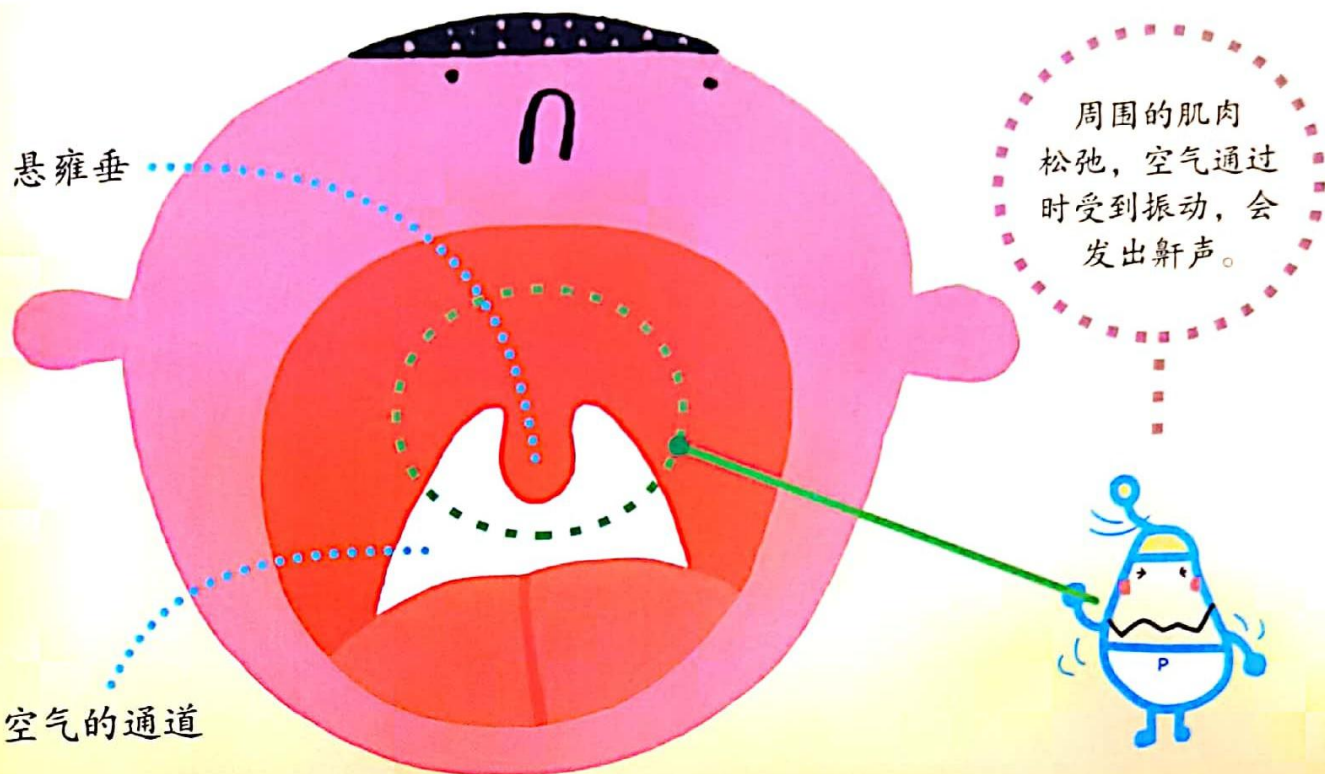
“呼噜——呼噜——”

是睡觉时不知不觉发出的鼾声。

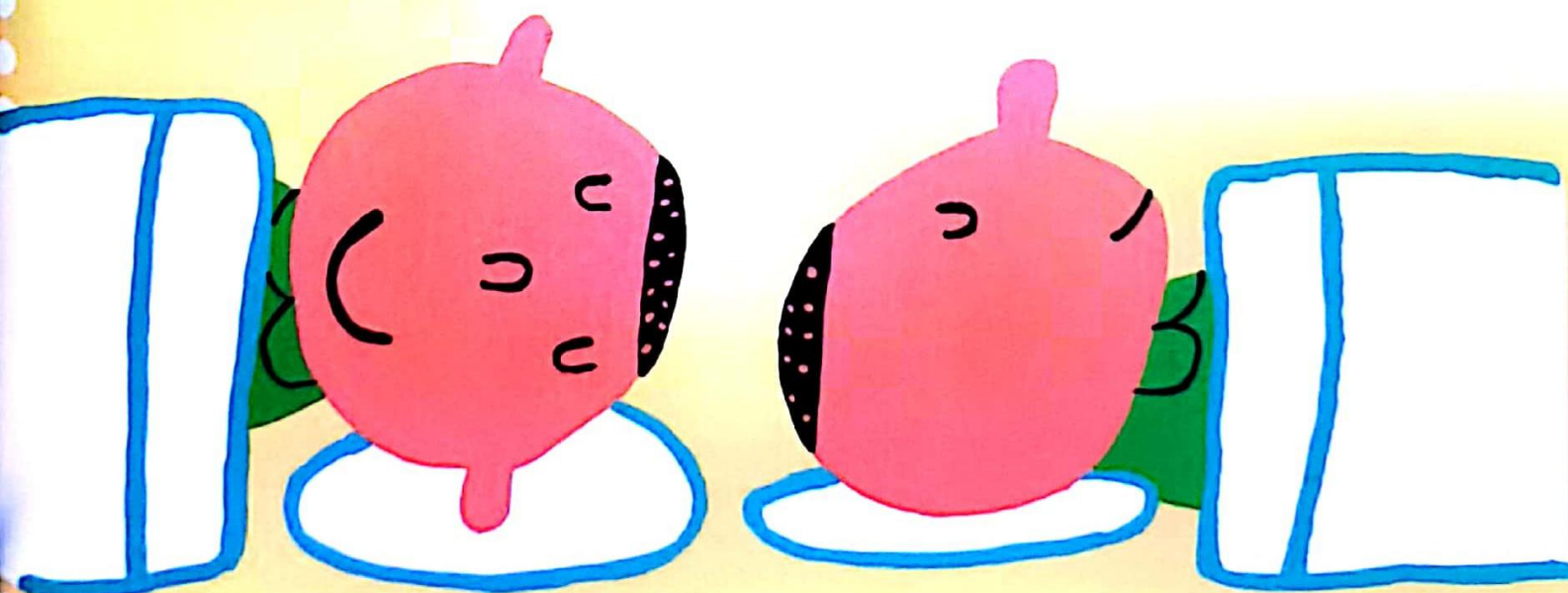


★在喉咙的入口有个悬雍垂（小舌），睡觉时，它周围的肌肉会松弛，使空气的通道变狭窄，这样，空气通过时，就会振动肌肉而发出鼾声。在很累的时候或喝过酒以后，都很容易打鼾。还有，太胖的人也很容易打鼾。如果鼾声太大，也有可能是患了严重的疾病，要赶快找专门的医生诊断哦。

就是从这里发出的声音！



停止打鼾大作战！



身体侧躺着睡觉。

把枕头放低一点儿。

“咕噜……咕噜……”
这是肠胃蠕动的声音。



肚子空空的时候，看到好吃的东西，
闻到好香的气味……

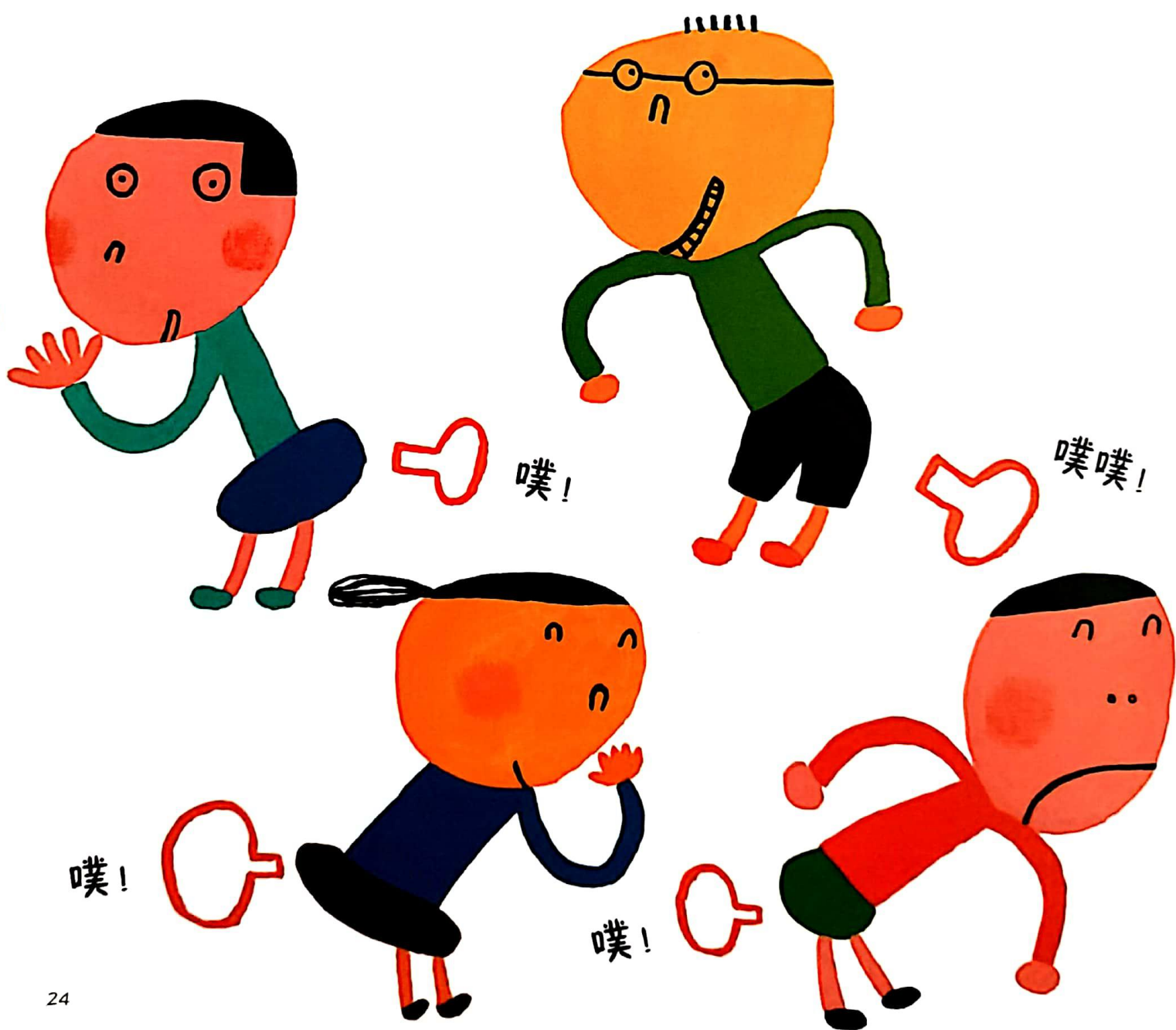


胃和肠蠕动着，里面的空气受到挤压发出了声音。

“噗——噗！”

让人不好意思的放屁声。

吃东西的时候，吃进肚子上的空气，或是肠子分解食物时产生的气体，从肛门排出来，就是放屁。



气体从嘴巴排出来会发出声音，这是打嗝。

从背部看

左

右

食物分解时产生的气体，会有味道。



噗！

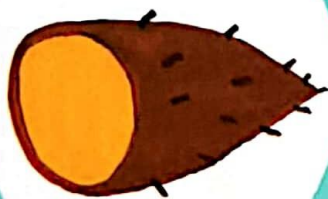
哪个小孩儿的屁是臭的？

多吃蔬菜，
肠子里就不容易
产生臭臭的气体，
所以放的屁……

不臭！



红薯



沙拉



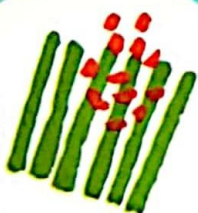
炒牛蒡丝



芋泥丸子



烫菠菜



番茄汁



我啊，因为只
吃草，当然不
会放臭屁！

噗！
不臭！



肉和豆制品会在肠子里产生臭臭的气体，所以放的屁……

好臭！

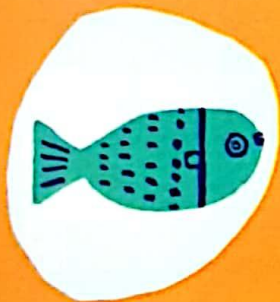
蔬菜和肉类，对身体都很重要。每一种食物都要吃，不要偏食哟！



牛排



鱼



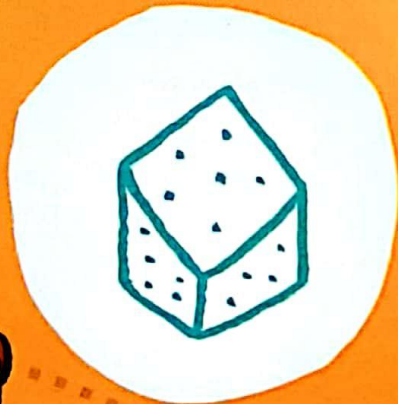
煎蛋



花生



豆腐



鳕鱼卵



奶酪



噗！

好臭！

我——
因为只吃肉，所以放的屁很臭！

找一找

是谁放屁？好像是吃烤红薯的小孩儿。快把他找出来！





我们也会打喷嚏、放屁和打哈欠哦！
你听见了吗？