

Почему люди плачут? Вся правда о слезах

«Ни один человек, кроме самого тебя, не заслуживает твоих слез, а те, кто заслуживают, не заставляют тебя плакать». Да простит меня Габриэль Маркес за перефразирование...

Почему люди плачут? От боли, обиды, горя, от радости, счастья, восторга. Причин умыть свою душу слезами превеликое множество, как физиологических, так и эмоциональных. Способность плакать – это один из способов выразить свои чувства. В процессе естественного отбора выжил лишь тот, кто умел плакать.

Как это ни странно, мы не рождаемся с такой способностью. Крик не всегда сопровождается слезами. Плакать малыши начинают только на 5-12 неделе после рождения, немного раньше того времени, когда в их арсенале появляется смех. Средняя продолжительность плача – 6 минут. Дети плачут чаще взрослых, примерно 65 раз в месяц.

Ежедневно небольшие слезные железы выделяют около 1 мл слезной жидкости. Каждая слезинка имеет очень сложное строение. Она состоит из слизи, покрытой слоем воды, слоя маслянистого вещества, состоящего из липидов и других жиров (амидов жирных кислот). Слеза содержит столовую соль (хлорид натрия), хлорид калия и вещества, принимающие участие в процессе образования солей (кальций, двууглекислый натрий, марганец). Есть в составе слезы ещё одно особое вещество – лизоцим, его наличие и объясняет бактерицидные свойства.

Моргая, верхнее веко, словно дворники ветрового стекла, распределяет слезу по передней поверхности глаза от верхнего века к нижнему веку. На своём пути слезинка смачивает роговицу, смывая с нее всё лишнее и ненужное. Затем слеза продвигается к слезному озеру, находящемуся во внутреннем углу глаза. Из озера по слезным канальцам слеза попадает в слезный мешок, а из него уже в слезно-носовый проток и в носовую раковину, где частично всасывается слизистой оболочкой и частично испаряется.

В отдельных случаях включается в работу основная слезная железа, и появляются

Почему люди плачут

Автор: admin

30.03.2012 17:49 -

слёзы в больших количествах, которые видно невооружённым взглядом и можно «собирать» подручными средствами.

Помимо защитной функции, слеза снабжает роговицу питательными веществами, параллельно проходит газообмен между воздухом и роговицей, и улучшается зрение, потому что слезинки заполняют мельчайшие дефекты поверхности роговицы.

На поверхности глаза образуется тоненькая плёнка, которая не мутнеет и не допускает испарение.

Что делают слёзы? Снимают стресс и расслабляют эмоции. Кроме этого, слёзы выводят из нашего организма токсичные субстанции, приводят в норму кровяное давление, повышают иммунитет и даже способствуют заживлению травм – такой вот своеобразный терапевтический эффект. Есть ещё и другая польза: именно благодаря слезам кожа вокруг глаз столь нежная и долго остается молодой. Выходит, что плакать очень даже полезно.

Слёзы бывают разные – рефлекторные, слёзы раздражения (при вдыхании чего-либо, например, запаха лука) и эмоциональные (после просмотра фильмов, прочтения книг). По своему составу они отличаются. В эмоциональных слезах содержится больше белка, потому после таких слёз становится легче, наступает психологическая разрядка.

Плакать умеют не только люди. У некоторых животных тоже есть рефлекторные слёзы, необходимые для очищения и увлажнения глаз, это касается тех, кто живёт на суше. Они, как и человек, подвержены негативному воздействию окружающего мира. Обитателям водного пространства слёзы природой не предусмотрены. А «крокодиловы слезы» – это вовсе и не слёзы, а секрет, выделяемый слюнными железами крокодила.

Автор - **Ася Новикова**

[Источник](#)