🙎 🥱 📶 🛑 88% 7:25  $\leftarrow$ 119 | 问答: 你为什么会

## 量车?

119 | 问答: 你为什么会晕... 11:16 5.27MB

|卓克亲述|

问答 么避免?

这个问题应该是很普遍,连我自己也有轻

微的晕车,而且我只是在坐别人车的时候 晕车,我自己开车从来不晕,这是怎么回

另外还有,有的人是晕车越来越轻了,长 大了慢慢好了,有的是反过来越来越重, 开始的时候是车行驶的时候才晕,结果到

后来,车都没发动,往车里一坐就开始吐 了,这又是怎么回事呢?

咱们来细说说。

人体在左右耳朵里都有一个叫做前庭的器

官,前庭里面有一个"陀螺仪",就像手机

里那个似的,有X、Y、Z这三个轴。

这三个轴特有的名称叫做半规管,它们三 个是互相垂直的,真的就像 X、Y、Z 轴那 样。

动。

是神经末梢,液体冲刷的方向实际就是运 动的反方向。一冲刷就产生了一个神经刺 激,通过三个相互垂直的轴的信号强弱, X、Y、Z 三个方向一叠加,就能给大脑传

现在在往哪个方向运动。 我们是非常需要这个信号的,视觉信号需

要跟它匹配,然后再让大脑协调全身的肌 肉,最终就能做到站稳或者走一条直线,

入意识了,它会自然而然地完成。

上就能体会到不舒服。 有些同学很自豪,说自己从没有这方面的 错位体验,那是因为你的前庭跟视觉信号 匹配得不那么精确。 但是,我这仍然有一个游戏可以让你深刻

体会到这种错位,现在听问答的同学回家 可以试试,但是你必须得保护好自己,旁 边不能有障碍物,否则到时候做的时候就 磕到了,一定要找一个人在旁边保护住 你,准备在你摔倒的时候扶住你。

去准备扶住他了。 地乱转,因为在神经的调控下,眼球往哪 个方向看,就是要积极配合前庭液体给到

走两步。

到现在为止,我们只解释了晕车的第一 步,简单来说就是:

变;

下面我们说第二个层次,为什么会恶心、 为什么要吐呢? 这个是在神经调控下的一种保护机制,这 部分的神经就叫做植物性神经,它负责很 多根本不由意识控制的东西。

了。

那保护作用指的是什么呢? 就是当你看到跟平衡信号不同的东西的时 候,你已经感觉很不舒服了、很晕了,这 种晕跟不适也被植物性神经传递给肠胃, 肠胃对出现的不适状态,保护机制就是一 个,就是吐。

的,而是由一种1950年之后才出现的新品 种的怪兽造成的,它叫做汽车。 我们的植物性神经哪知道这么多,反正先 吐了再说,于是晕车的人不但晕得难受, 还会吐,吐是一种保护机制。 第二个层次的原因我们说完了。

吐呢?

像。

的刺激太深了,于是他就对汽车产生了无 穷的恐惧,下一次跟他说要坐长途车了, 他就可以跳过晕的步骤,直接吐给你看。 这种条件反射也有点像巴甫洛夫那个狗, 那个狗还没见到肉,但是因为训练多次之 后,只要听见响铃了也是哈喇子流一地。 ◆ 晕车的方方面面 ◆──

有人说这晕车药可以吃,比如像茶苯海 明、苯巴比妥,简单说这些药起了轻微地 麻痹神经的作用,让跟前庭相关的、跟肠 胃蠕动相关的神经不那么敏感。 这些药最初有些是抗过敏药,跟其它最早 的抗过敏药一样,就是吃完了之后容易犯

我的回答是: 事呢?

有同学问晕车、晕船是怎么发生的?怎

每一个半规管都是一个闭合的腔体,腔体 里还有液体,而且液体还不是完完全全装

满的,它是一瓶子不满,半瓶子晃荡,所 以头部有晃动,这液体就在半规管里晃 这一晃,就冲刷了腔体内壁的绒毛,说是 绒毛,其实只不过是长得有点像,实际上 递一个信号,这个信号就是告诉大脑头部

还有就是将要摔倒的时候作出补救的动 作。当然,这些复杂的神经调控还有肌肉 的调控,等我们长大了之后就根本不会进 但是汽车出现了以后,这个天生进化完备 的功能也带来了一些麻烦,就是车辆的颠 簸给你的前庭带来的刺激,会让你的眼球 也跟着动,可是你视觉捕捉到的信号,因 为车辆的减震设计得好,悬吊系统设计得 好,结果眼睛看到的景象并没有跟着那么 颠簸,这两个信号就错位了,错位之后马

就是你左手先从脑后掐住右边的耳朵, 然后不要松开,右手高高举起,指向 天,慢慢地弯下腰,指向你的鞋尖,眼 睛也看准你的鞋尖,然后你就开始弯着 腰转圈,往哪个方向转都可以,连续转 10圈, 然后停下来, 直起腰, 试着往前 我见过的95%的人都会在第一步就摔倒 了,所以旁边一定要有人保护,就是在他 转到第10圈,准备起身的时候,你就得上 这个就是典型的视觉信号跟平衡信号不匹 配,因为当你转了10圈之后,前庭里的液 体正在剧烈地晃动中,旁边扶你的人,你 也可以让他看看你的眼珠,一定是滴溜溜

用作商业用途

大脑的信号。所以现在你刚直起身,前庭

液体不断地乱撞,你这眼球也不断地乱

转。我们平时看动画片,一个小人儿晕倒

在地上了,那个眼球也是一圈一圈地转,

耳朵告诉大脑,比如说现在我们左倾8

度,下倾13度,后仰6度,现在又变了,

左倾3度,上倾20度,前仰10度,前庭不

与此同时,眼睛却告诉大脑,说现在角度

没有变,现在角度还是没有变,还是没有

结果大脑就晕了,不对呀,你们告诉我的

恶心和吐的原因

因为一般来说,只要身体不舒服了,那很

有可能就是吃了什么有毒的东西, 所以赶

紧给它吐出去。但实际上这次晕得难受,

这次的身体不适,不是由那些毒蘑菇造成

• 对晕车的恐惧 •—

接着我们说第三个层次,就是为什么有的

人这车都没开,车门一关、一落座就开始

其实这第三步的原因跟我们之前讲的,

重,连胆汁都给吐出来了,这些经历给他

停地告诉大脑各种变化;

应该是大致相同的信息。

这就是晕车的第一

其实就是这个样子。

比如说我们闻到了酸辣粉的味道之后,这 口水就流下来了、我们看到美女、看到帅 哥,心跳就加速、一激动眼泪就流出来 像流口水、心跳加速、流眼泪,这些几乎 都是不由主观意识控制的,它实际就是植 物性神经在调控。调控的功能里不光包含 刚才说的,也包含很多肠道的神经,比如 说腹腔的神经节,还有胃的蠕动。

是为什么有些人一喝凉白开就拉肚子,但 是喝冷饮、喝凉可乐却没事,有那么一点 就是因为这些人很可能之前吐得非常严

就

对于晕车怎么办呢?

困,犯困其实就是神经被抑制住了,它是 这种药的副作用。后来就发现,它抗过敏 写留言

请朋友读

车的原因

月11 及王

半规管