

Билли Голдберг  
доктор медицины

Марк Лейнер  
сценарист

# ЗАЧЕМ МУЖЧИНАМ СОСКИ?

ВОПРОСЫ,  
КОТОРЫЕ ТЫ ОСМЕЛИШЬСЯ  
ЗАДАТЬ ДОКТОРУ  
ТОЛЬКО ПОСЛЕ  
ТРЕТЬЕГО  
БОКАЛА

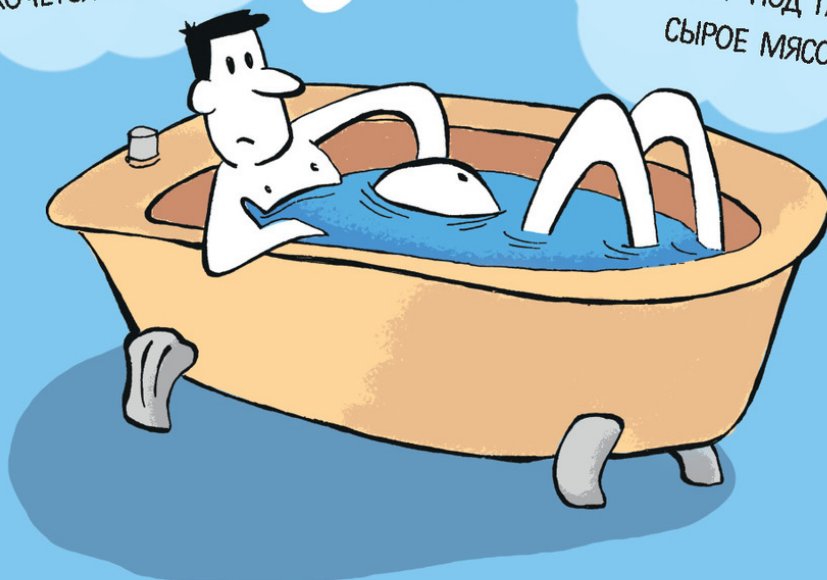
ПОЧЕМУ У ОДНИХ ЛЮДЕЙ  
«ВЫПУКЛЫЙ» ПУПОК,  
А У ДРУГИХ «ВПАЛЫЙ»?

ЧТО СЛУЧИТСЯ, ЕСЛИ  
ВО ВРЕМЯ ОПЕРАЦИИ  
УРОНИТЬ В ЧЕЛОВЕКА  
МЯТНОЕ ДРАЖЕ?

ПОЧЕМУ ОТ ЗВУКА  
КАПАЮЩЕЙ ВОДЫ  
ХОЧЕТСЯ ПИСАТЬ?

?

НУЖНО ЛИ  
ПРИКЛАДЫВАТЬ  
К СИНЯКУ ПОД ГЛАЗОМ  
СЫРОЕ МЯСО?



18+

Нон-фикшн головного мозга. О том,  
что мы такое и как теперь с этим жить

Билли Голдберг

**Зачем мужчинам соски?  
Вопросы, которые ты  
осмелишься задать доктору  
только после третьего бокала**

«ЭКСМО»

2005

УДК 61  
ББК 5

## **Голдберг Б.**

Зачем мужчинам соски? Вопросы, которые ты осмелишься задать доктору только после третьего бокала / Б. Голдберг — «Эксмо», 2005 — (Нон-фикшн головного мозга. О том, что мы такое и как теперь с этим жить)

ISBN 978-5-04-104120-5

Замечали ли вы, что все гости, узнав, что среди приглашенных на праздник или вечеринку есть сотрудник медицинского учреждения, тут же вспоминают тысячи вопросов, которые постеснялись задать своему лечащему врачу?

И вот через некоторое время бедняга уже осматривает чью-то родинку, пытается объяснить этиологию головных болей у хозяйки и найти ответы на эпизодические: «Правда ли, что градус нужно только повышать?», «Толстеют ли от спермы?», «Почему какашки плавают?». И это только начало... Вскоре оказывается, что нескольких лет медицинского образования и практики вовсе недостаточно, чтобы утолить жажду знаний окружающих.

Писатель и сценарист Марк Лейнер и доктор Билли Голдберг решили исправить эту ситуацию и помочь сотням докторов, которые вместо пиццы поглощают на вечеринке чужие порождения затуманенного алкоголем сознания. Опираясь на научные и медицинские факты, они отвечают на самые интригующие вопросы, которые люди стесняются задать во время приема у врача. Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 61  
ББК 5

ISBN 978-5-04-104120-5

© Голдберг Б., 2005

© Эксмо, 2005

## Содержание

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Посвящение                                             | 7  |
| Благодарности                                          | 8  |
| Предисловие                                            | 9  |
| Вступление                                             | 12 |
| Дисклеймер                                             | 13 |
| Глава 1                                                | 14 |
| Правда ли жевательная резинка переваривается семь лет? | 16 |
| Почему после спаржи так воняет моча?                   | 17 |
| Правда ли от сахара дети становятся гиперактивными?    | 19 |
| Почему от мороженого болит голова?                     | 20 |
| Появляются ли от шоколада прыщи?                       | 21 |
| Почему текут слезы, когда режешь лук?                  | 22 |
| Помогают ли огурцы избавиться от мешков под глазами?   | 23 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                      | 24 |

# Марк Лейнер, Билли Голдберг

## Зачем мужчинам соски? Вопросы, которые ты осмелишься задать доктору только после третьего бокала

Mark Leyner, Billy Goldberg

Why Do Men Have Nipples?

Hundreds of Questions You'd Only Ask a Doctor After Your Third Martini

Copyright © 2005 by Mark Leyner and Billy Goldberg M.D

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации: muuraa, Alfazet Chronicles, logaryphmic, giedre vaitekune, Artem Maglyak, MoreVector, Pinchuk Oleksandra, Bodor Tivadar, Alfazet Chronicles, Katja Gerasimova, aksol / Shutterstock.com Используется по лицензии от Shutterstock.com

© Иван Чорный, перевод на русский язык, 2020

© ООО «Издательство «Эксмо», 2020

\* \* \*

*«Расширять медицинский кругозор полезно и врачам, и пациентам. Каждый новый факт об устройстве организма заставляет нас чуть бережнее относиться к здоровью и чуть более философски смотреть на жизнь в целом.*

*Книга Лейнера и Голдберга написана с той же любовью к медицинским вопросам, которая заставляет меня саму неустанно искать объяснения самым странным явлениям внутри и снаружи наших тел. Уверена, вы узнаете много нового – а заодно получите удовольствие от непринужденного стиля повествования и чувства юмора авторов».*

**Ольга Кашибина,**

*медицинский редактор журнала «Т—Ж», автор книги «Как болел бы врач: маленькие хитрости большого здравоохранения»*

*«Вот это книга! Почему-то для взрослых! Тандем друзей, писателя и врача неотложной медицины, ответил на невероятное количество вопросов о нашем организме с юмором, но научно и по делу. Какие-то вопросы действительно очень серьезные, а другие – чистое любопытство, наивные и забавные. Книга для любознательных и нескучных взрослых, а также для родителей, чтобы могли ответить на каверзные вопросы ребенка: например, о том, почему у него такой пупок, а у братика другой».*

**Анна Лосева,**

*врач анестезиолог-реаниматолог отделения анестезиологии-реанимации НМИЦ ССХ им. А.Н. Бакулева*

## Посвящение

Эта книга посвящается всем тем особым врачам, которые нас вдохновляли:

Доктору Маркусу Уэлби, доктору Дре, доктору Сьюзу, доктору Клиффу Хакстейблу, доктору Джей, доктору Шоллу, доктору Филу, доктору Пепперу, доктору Стренглову, доктору Бейкеру, доктору Кто, доктору Дулиттлу, доктору Джонни Фиверу, Доку Гудену, доктору Моро, доктор Джекиллу, доктору Джону Руни, доктору Килдэр, доктору Хибберту, доктору Ноу, доктору Живаго, доктору Рут, доктору Зло, доктору Джойсу Бразерсуу, доктору Бену Кейси, Доку Холлидей, доктору Дуги Хоузеру и боксерскому доктору Ферди Пачеко<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Герои поп-культуры и известные личности: персонажи книг, фильмов и сериалов, ведущие телепередач, спортсмены, а также названия марок. – *Прим. пер.*

## Благодарности

### **Билли:**

Я искренне благодарен моей семье, поддерживавшей меня все годы, что я болтал об этой идее, друзьям, задававшим мне утомительные медицинские вопросы, а также прекрасной и чудесной жене Джессике за лояльность к моим причудам и за то, что дала мне сил наконец эту идею реализовать.

### **Марк:**

Хочу поблагодарить своего замечательного друга и прекрасного специалиста Билли Голдберга, выполнившего практически всю работу по этой книге и все равно охотно разрешившего поставить мое имя на обложке рядом со своим.

Вместе мы хотели бы поблагодарить Аманду Урбан и Джуд Лаги из литературного агентства ICM, нашего редактора Кэрри Торнтон и всех сотрудников издательства One Jefe Productions.



## Предисловие

### **Билли Голдберг:**

Как мы с Марком Лейнером познакомились и взялись за этот грандиозный проект?

Это долгая темная история самоотверженных поисков. Путь, проделанный двумя друзьями в попытке справиться с практически невыполнимой задачей. Мы весьма необычная парочка: я врач отделения неотложной помощи в Нью-Йорке, а Марк – успешный автор романов и сценарист. Не самый идеальный авторский дуэт, однако наши пути пересеклись, а дальше все сложилось так, как сложилось...

Все началось одной холодной и ветреной ночью в отделении неотложной помощи Нью-йоркской больницы. Я многие годы думал о том, чтобы написать эту книгу. Собрал вопросы и придумал на них ответы, однако так и не смог собраться с духом, чтобы их записать. Незадолго до этого меня наняли медицинским консультантом для телесериала «Страна чудес» на канале ABC. Этот сериал, которому не суждено было долго продлиться, весьма реалистично описывал будни психиатрического отделения неотложной помощи и тюремной психиатрической палаты. В сериал добавили персонаж врача неотложной помощи, и меня наняли, чтобы я помог добавить в происходящее на экране реализма. Моей задачей было познакомить сценаристов с нашим хаотичным миром. Большинство сценаристов кино и телевидения ничего не знали о настоящей больничной медицине и были ошарашены контролируемым беспорядком и неприглядными повседневными реалиями отделения неотложной хирургии, а также моим миром медицинских знаний и человеческих страданий.

Один из продюсеров сообщил, что на смену ко мне придет Марк Лейнер. Я считаю себя начитанным, однако никогда не слышал об этом дионисийском постмодернистском супергерое (так себя описывал сам Марк). Поиск в интернете показал, что он опубликовал много романов, один из которых назывался «Мой кузен, мой гастроэнтеролог». Также я узнал, что он написал сценарий пилотной серии для MTV под названием «Доктор Игги Виль». Я был в замешательстве и понятия не имел, чего мне ожидать, однако был заинтригован.

### **Впервые мы с Лейнером встретились ночью в больнице. Он не был врачом, но поразил меня широкими познаниями в медицине.**

Той ночью я находился у кровати одного из пациентов, помогая ординатору установить назогастральный зонд, когда медсестра сообщила, что ко мне кто-то пришел. Я снял перчатки, отдернул штору и увидел перед собой Марка Лейнера. Ничто в моей медицинской карьере не могло подготовить меня к встрече с этим персонажем. У него был мускулистый торс болгарского тяжелоатлета и сентиментальный характер эмоциональной девочки-подростка. Он бубнил что-то себе под нос, горстями уплетая «Скитлс» из бумажного пакета. Вскоре мне стало ясно, что Лейнер не был похож ни на одного телесценариста, которых мне доводилось встречать прежде. Он был медиком-самоучкой, обладавшим невероятно причудливым и воистину энциклопедическим набором сокровенных медицинских знаний. За пять минут Лейнер успел в точности изложить мне фармакокинетику дурмана, рассказать про лекарство народа острова Фиджи от несварения при каннибализме, профессиональные болезни спортсменов и необъяснимую распространенность полиорхизма в городе Уилкс-Барре в Пенсильвании.

Я понял, что ночка предстоит интересная.

Пока я обходил пациентов в сопровождении Марка, к нам поступил новый, психически неуравновешенный. Он был в крайне возбужденном состоянии, и десяток крепких сотрудников отделения неотложной помощи и полицейских с трудом удерживали его на каталке. Мы с Марком поспешили к нему: выпучив глаза, он выдавал бессвязные тирады. Он кричал на испанском вперемешку с английским: «Я супермен, мать вашу. Приведите мне Джимми

Олсена. Я быстрее пули, сильнее тепловоза». Я подошел к кровати, чтобы поставить супермену капельницу и немного его успокоить. Он снова завопил: «Я супермен, ваши лекарства на меня не действуют». Марк, с невозмутимым видом наблюдавший за происходящим, сунул ему в рот несколько драже «Скитлс» со словами: «Дайте ему криптонит». Я понимаю, что когда раз за разом рассказываешь одну и ту же историю, постепенно начинаешь ее приукрашивать, однако отчетливо помню, что только после этих слов пациент успокоился, и нам удалось поставить ему капельницу.

Вся оставшаяся ночь была такой же странной и трогательной, и я ушел со смены с чувством, что этот причудливый маленький человек окажет на мою жизнь большое влияние.

### **Марк Лейнер:**

Хотя у меня в роду и были одни адвокаты – а в нашем обществе юристы и врачи сродни враждующим сектам на Балканах, – меня всегда тянуло к медицине. Если большинство мальчиков выписывали Sports Illustrated и Boy's Life, то я с нетерпением ждал, когда почтальон принесет «Анналы желудочно-кишечной хирургии» и «Журнал Американского общества исследования патологий». Большинство детей молили своих родителей свозить их в «Дисней Уорлд». Я же каждый год упрашивал своих о походе в Музей медицинской истории Мюттера в Филадельфии, где хранится самое грандиозное в этой стране собрание медицинских диковинок, включая сросшиеся эмбрионы пятерняшек в формальдегиде и законсервированные останки самой большой в мире толстой кишки. Я всерьез раздумывал стать врачом, пока не попал в Университет Брандейса, где собственными глазами увидел будущих американских врачей. Собирище безнравственных нытиков, лизоблюдов и неврастеников. Мое увлечение медициной, однако, на этом не закончилось – оно продолжило жить где-то внутри меня, в результате чего свою первую художественную книгу я назвал «Мой кузен, мой гастроэнтеролог».

Полагаю, именно мое помешательство на красочном описании различных медицинских подробностей во всех последующих книгах, а также написанный мной сценарий для сериала на MTV под названием «Доктор Игги Виль» – про хлещущего эль, отбитого на голову хирурга панк-рокера – и подвигли Питера Бергера пригласить меня в качестве сценариста для созданного им сериала про больницу под названием «Страна чудес». Только я приступил к работе над сценарием первой серии, как однажды ночью мне позвонил Питер и принялся с энтузиазмом рассказывать про одного парня из отделения неотложной помощи. Я отнесся ко всей этой затее скептически, ожидая увидеть подростковую версию студентов из Брандейса, однако все равно согласился на встречу. Ночь в итоге выдалась просто чудесная. Билли оказался вовсе не скучным и назойливым врачом, которого я ожидал увидеть. Та ночь стала для меня откровением. Увиденное мною было просто невероятным: повар из китайского ресторанчика с пробитой мясницким ножом головой, русский парень с пакетиком со льдом, в котором лежало его откушенное ротвейлером ухо, ну и, конечно, супермен. Но я получил удовольствие не только от наблюдения за происходящим. Мы с Билли сразу же поладили, и мне было очень любопытно, как он помогает людям в этой хаотичной и дикой обстановке.

**У меня давно зрела идея написать книгу о нелепых вопросах, которые могут задать врачам, и Лейнер согласился поработать вместе со мной над ней.**

**Билли:** Несколько дней спустя я пришел в продюсерский офис «Страны чудес», и, как оказалось, доверие ко мне вышло на новый уровень. Лейнер всем рассказал о проведенной в больнице ночи – уверен, не обошлось без писательских прикрас. Меня представили другим сценаристам, с которыми я еще не встречался, и какое-то время я провел в их изобилующих элементами декора кабинетах, где царил полный порядок, отвечая на различные повседневные медицинские вопросы, связанные с их сценариями. Моей следующей остановкой был кабинет

Лейнера, который напоминал гробницу. В комнате практически отсутствовала мебель и какой-либо декор – прямо как в монашеской келье. Лейнер лежал на животе, усердно печатая на клавиатуре своего ноутбука. «Расскажи мне все, что знаешь про синдром Клювера – Бюси!» Мы обсудили клиническую картину этого редкого неврологического расстройства, при котором пациенты помещают себе в рот различные предметы и демонстрируют неподобающее сексуальное поведение, – Лейнеру эта болезнь, очевидно, пришлась по вкусу.

Хотя сериал «Страна чудес» и был одобрен критиками, после третьей серии его сняли с эфира. Мы с Лейнером продолжили наши дружеские отношения. Мы говорили о работе, и мне особенно нравилось читать его сценарии, вставляя свои скромные комментарии. Решив, что нам непременно нужно сотрудничать, мы набросали несколько идей для телесериалов. Работая с Лейнером, я снова вернулся к своей давней идее написать книгу о медицинских вопросах, которые врачам могут задать на вечеринке. Лейнер с энтузиазмом отозвался на предложение поработать над этой книгой.

**Марк:** Я немного обмозговал его предложение и, помню, подумал: «Черт, да я могу зарабатывать хренову кучу денег, почти ничего не делая!»

**Билли:** Мне казалось, что я предоставил Марку возможность побыть врачом, которым он всегда хотел стать. Думаю, он был готов разделить со мной бремя этого проекта, и то, что вы сейчас прочитаете, является результатом нашей – ладно, на самом деле моей – усердной работы.

Наслаждайтесь.

## Вступление

На вечеринке кто-то да непременно спросит, чем зарабатываешь на жизнь. Стоит сказать, что ты врач, как начинает сыпаться шквал вопросов.

Вскоре ты уже осматриваешь чью-то родинку, кого-то еще консультируешь по поводу болезненного метеоризма его шурина, ломаешь голову, чтобы объяснить этиологию периодических приступов головокружения у хозяйки, и все это только начало. Можно было бы подумать, что после двенадцати лет изнурительной подготовки и бессонных ночей, врачи должны знать ответы на все. Но это не так! Совсем не так. К сожалению, медики не способны рассказать широкой общественности о том, что она действительно хочет знать про медицину.

Эта книга – попытка исправить эту плачевную ситуацию. На ее страницах мы начнем отвечать на некоторые медицинские вопросы, которые задают обычные люди. Такие злободневные вопросы, как: «Почему после спаржи у меня так пахнет моча?», «Правда ли, что градус нужно только повышать?», «Толстеют ли от спермы?», «Почему от мороженого болит голова?»

Это не книга практических советов и не учебник по медицине. Это лишь беглый обзор странных вопросов, интересующих людей, которые они стесняются задать во время приема. Лишь после третьего martini они и набираются смелости это сделать.

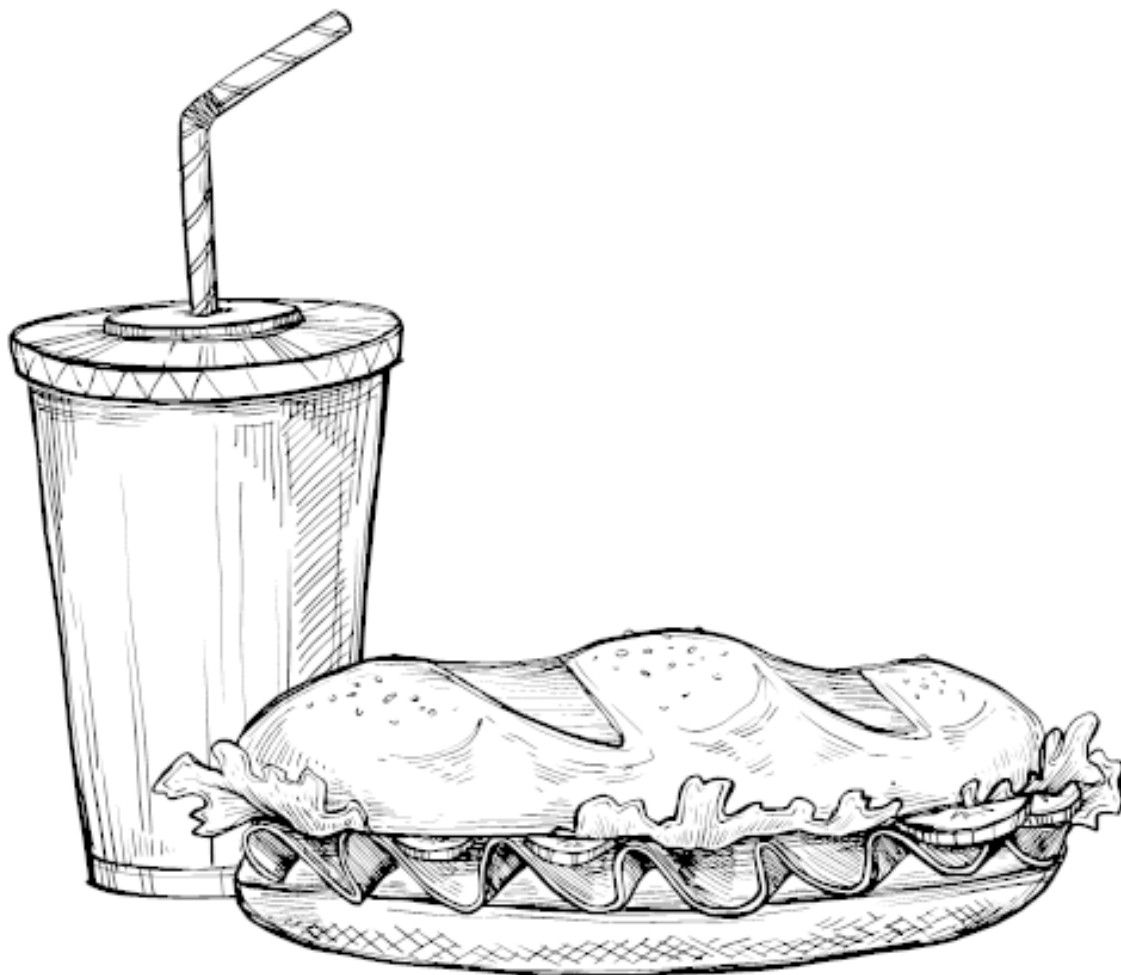
Тогда-то и начинается самый разгар вечеринки.

## **Дисклеймер**

Все, что вы читаете, насколько нам известно, по большей части является правдой. Тем не менее эта книга не должна стать заменой приема у врача. Помните, врачи – обученные профессионалы. Кроме того, не пытайтесь отвечать на эти вопросы самостоятельно, если вы не мать. Мамы всегда знают лучше.

## Глава 1

### Ты то, что ты ешь



Десять вечера. Мы с моим соавтором и поделником Марком Лейнером, как обычно, припозднились, в то время как вечеринка уже в полном разгаре. Мы принесли бутылку текилы «Дон Хулио», которую Лейнер усердно пробовал в такси, настаивая на необходимости проверить ее на промышленные токсины и прибыли на Парк-Авеню в изящно обставленный дом Элоиз Кэмерон – филантропа, мецената и ботоксного торчка. Подают закуски, и слегка опьяневший Лейнер с румяным лицом, набив рот шведскими фрикадельками, целует хозяйку, добавляя:

– Элоиз, детка, полегче с коллагеном. Я словно с мишленовским человечком целуюсь.

Она пытается скорчить презрительную ухмылку, однако из-за ботокса ее лицо остается бесстрастным.

Схватив Лейнера под руку, я веду его в гостиную. Не успеваем мы войти, как я чувствую чьи-то объятия сзади. Я поворачиваюсь: это Джереми Бернс, который на играх «Нью-Йорк Кинс» сидит в двух рядах позади меня. Торговцы едой в Мэдисон-сквер-гарден хорошо знают Джереми за его ненасытную страсть к хот-догам, сахарной вате и пиву. Теперь же его с трудом можно узнать: сидя на диете Аткинса<sup>2</sup>, он превратился в ходячий скелет.

---

<sup>2</sup> Низкоуглеводная диета, разработанная кардиологом Робертом Аткинсом. – Прим. ред.

– Кто тебя эксгумировал? – выдает Лейнер. Я сгораю от стыда, однако в душе писаюсь от смеха.

Джереми пытается обойти Лейнера и задевает его рукой, оставляя после себя слой жира, который так и сочится теперь из его пор. Лейнер шепчет мне:

– Да этот чувак прямо как смазанный ректальный термометр.

Я отталкиваю Лейнера в сторону, и он решает воспользоваться этой возможностью, чтобы прокрасться в бар за очередным глотком «Дон Хулио». Я остаюсь наедине с Джереми и его бесконечными рассказами о жизни на диете из мяса и жира, а также миллионами медицинских вопросов о еде. Хотя, казалось бы, так регулярно ее поглощая, мы должны знать о ней все.

**Если мы то, что мы едим, то почему мы так мало знаем о еде и питании?**

## **Правда ли жевательная резинка переваривается семь лет?**

Повсюду эти семь лет. Разобьешь зеркало – семь лет несчастий. Один собачий год равен семи человеческим. Семь лет, чтобы переварить жвачку? А что, если собака разобьет зеркало, а потом проглотит пачку жевательной резинки? Задача не из легких.

Жевательная резинка не переваривается в кишечнике, однако годами в желудке она уж точно не лежит. На самом деле, жвачка может даже помочь побыстрее прочистить кишечник: использующийся в некоторых жевательных резинках в качестве сахарозаменителя сорбитол обладает слабительным действием. Что это значит? Если присмотритесь, то увидите ее плавающей рядом с этими аппетитными желтыми кукурузными зернышками.



## Почему после спаржи так воняет моча?

Спаржа содержит сернистое соединение под названием меркаптан. Оно также встречается в луке, чесноке, тухлых яйцах и секретах скунса. Характерный запах образуется, когда это вещество расщепляется в пищеварительном тракте. Не у всех людей имеется ген, который отвечает за фермент, расщепляющий меркаптан, так что некоторые могут хоть объесться спаржей, при этом не испортив воздух.

В ходе одного исследования, опубликованного в «Британском журнале клинической фармакологии», было обнаружено, что среди принявших в нем участие британцев этот запах образуется у сорока шести процентов людей, в то время как среди французов показатель оказался стопроцентным. Вставить шутку про французов: \_\_\_\_\_.

**15:32**

**Голдберг:** Мистер Лейнер, сэр?

**Лейнер:** Сэр, прибыл на службу, сэр!

**Голдберг:** Готов немного поработать, сынок?

**Лейнер:** Сэр, разрешите выстрелить в небо, сэр?

**Голдберг:** Только не попади по клавиатуре.

**Лейнер:** Чем сегодня займемся?

**15:35**

**Лейнер:** Есть у меня одна идея...

**Голдберг:** Мне нужно сделать несколько вещей. Закончить предисловие – это нам нужно сделать вместе. А потом у нас еще два вступления.

**Голдберг:** Ну или мы можем добавить пару шуток в какие-нибудь вопросы.

**Голдберг:** Идея, говоришь?

**Лейнер:** Давай сделаем все это (т.е. предисловие и два последних вступления). Напишем, как надо, во вторник у тебя... Думаю, так будет лучше.

**Голдберг:** Тогда поговорим о книге.

**Голдберг:** Давай начнем с главы про еду.

**Голдберг:** Нам нужно что-то добавить в этот макет.

**Лейнер:** Например?

**Голдберг:** Какой-нибудь текст сбоку.

**Лейнер:** Я принесу Propel<sup>3</sup>.

**Голдберг:** Ладно. Значит, нам нужно добавить какие-нибудь экспертные комментарии врачей. Кстати, как ты думаешь, если мы и дальше будем упоминать Propel, этот вкуснейший, богатый витаминами напиток от создателей Gatorade, то нам дадут немного бесплатно?

**Голдберг:** Всего двадцать калорий в целой бутылке. Сладкая карамельная вода!!! Где ты?

**Лейнер:** Ладно, папаша. Я у себя, ем свой сэндвич, запиваю Propel... Да, обязательно!!! Нам следует безо всякого стыда и застенчивости заявить, что Propel лечит импотенцию, болезнь Крона...

---

<sup>3</sup> Бренд ароматизированной бутилированной воды, которая рекламируется как содержащая антиоксиданты и витамины. – Прим. ред.

**Голдберг:** ...а еще избавляет от неприятного запаха мочи после спаржи...

**Лейнер:** ...плохого запаха изо рта, а также ректального чего бы там ни было.

**Голдберг:** Может, добавить какие-нибудь шутки про французов?

**Лейнер:** Точно, давай скажем, что Pgorol устраняет запах мочи ДАЖЕ после спаржи... Тогда нам его ящиками давать будут!

**Голдберг:** И тебе нужно быть полегче с грубостями, а то моя жена не сможет никому подарить эту книгу, не обидев тем самым.

**Голдберг:** Кучка пуритан!

## **Правда ли от сахара дети становятся гиперактивными?**

Родители вечно ищут оправдание плохому поведению своих детей, и сахару в этом плане досталось изрядно. Это может удивить, однако компания Coca-Cola не хочет брать на себя ответственность и отчетливо дает понять, что в ходе исследований не удалось установить убедительной связи между потреблением сахара и гиперактивностью. Что ж, они правы. Сахар питает организм, будучи источником энергии, однако не делает детей гиперактивными.

Скорее всего, дети просто любят есть сладкое, когда они уже в возбужденном и неугомонном состоянии (на вечеринках, в отпуске, в кино, на свадьбах и похоронах). Это определенно хорошие новости для производителей таких чудесных и полезных для здоровья вкусностей, как хлопья Cap'n Crunch, леденцы Pixy Stix, сахарная вата и жевательные конфеты Laffy Taffy.

## **Почему от мороженого болит голова?**

Как же приятно погрызть фруктовый лед в жаркий день.

Согласно одной теории, боль в области лба от слишком холодной пищи связана со слишком быстрым охлаждением воздуха в лобных пазухах, что приводит к раздражению расположенных там болевых рецепторов.

По другой теории, из-за особенностей расположения кровеносных сосудов неба и задней части ротовой полости происходит перегрузка болевых рецепторов, и они перенаправляют боль в голову. Здесь расположен нервный центр под названием подчелюстной ганглий, который и является наиболее вероятным источником этой ужасной мигрени.

Одна наша подруга рассказала нам, как быстро избавиться от этой боли, потеряв язык о небо, чтобы его согреть. Ее демонстрация сопровождалась щелкающим звуком. Когда Лейнер попробовал этот прием, его начал преследовать огромный гусь, которого он в итоге сильно полюбил.

## **Появляются ли от шоколада прыщи?**

Те из вас, кто заменяет шоколадом секс, могут вздохнуть с облегчением. Нет никаких свидетельств того, что шоколад вызывает угревую сыпь. Угри связаны, скорее, с гормональными изменениями, чем с питанием.

С появлением прыщей неоднократно связывали и воздействие стресса. Не так давно группа дерматологов задалась целью доказать, что это также является распространенным заблуждением, однако результат получился обратным. В ходе проведенного ими исследования с участием двадцати двух студентов колледжа было установлено, что эмоциональный стресс напрямую связан со степенью тяжести угревой сыпи.

Что же касается ситуации с шоколадом, то и Пенсильванский университет, и Военно-морская академия США смогли продемонстрировать, что шоколад не вызывает угревой сыпи. В Пенсильванском университете ученые кормили одну группу испытуемых «шоколадными» батончиками, в которых не было шоколада, в то время как вторая группа получала батончики, в которых его было в десять раз больше, чем обычно. В результате не было выявлено существенных различий в угревой сыпи среди двух групп. Другая запретная жирная пища, вроде картошки фри, жареной курицы, начос, чипсов и свиных шкварок, скорее всего, также не приводит к появлению злополучных прыщей. Так что можете просто расслабиться, а если не поможет, то сходите в «Макдональдс» за большой порцией картошки фри с шоколадно-молочным коктейлем.

**Количество исследований показывает, что многих волнует наличие связи между поеданием шоколада и появлением прыщей.**

## **Почему текут слезы, когда режешь лук?**

При резке лука выделяется фермент под названием синтаза слезоточивого фактора. Так запускается процесс, который приводит к слезам. Этот фермент вступает в реакцию с аминокислотами лука, которые преобразуются в сульфеновые кислоты. Эти сульфеновые кислоты самопроизвольно перестраиваются, образуя син-пропанетический S-оксид, который высвобождается в воздух. Когда это вещество, в свою очередь, достигает глаз, то происходит раздражение нервных волокон роговицы, которые активируют слезные железы. Тогда-то вы и начинаете плакать.

Ученые пытались вывести «бесслезный» лук, однако оказалось, что слезоточивые ферменты также отвечают и за резкий запах лука. Тем не менее, надежда есть. Группа специалистов по биохимии растений из Японии, совсем недавно открывшая вызывающий слезы фермент – синтазу слезоточивого фактора – полагает, что «существует возможность создания лука, не вызывающего слезы, за счет подавления гена синтазы слезоточивого фактора с одновременным увеличением концентрации тиосульфата». Аж слюнки текут!

Тем временем есть несколько способов решить проблему слез из-за лука: предварительно нагреть его, резать под струей воды или просто надеть очки.

Самый же надежный вариант – заказать доставку еды.

## **Помогают ли огурцы избавиться от мешков под глазами?**

## **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.