

澠池净水器批发商澠池净水器找汇众净水

产品名称	澠池净水器批发商澠池净水器找汇众净水
公司名称	澠池汇众商贸有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:金诗雨 型号:A8 产地:广东深圳
公司地址	澠池黄花建材市场西门向北一百米
联系电话	18790707755

产品详情

1、身体缺水会引起头晕

身体缺水时，眼球会向内供水。液体流失过多，眼内压升高，对身体的直接影响就是头晕、头疼。这时不要去按摩太阳穴，首先喝一杯水，此外还可以往眼睛里滴一点眼药水，以缓解因缺水而升高的眼内压。

2、身体缺水会引起打瞌睡

身体里的血液会因为缺水而变得粘稠，如果此时你正坐在办公室里，血液会缓慢地转移至下肢，引起迷走神经兴奋，大脑供血不足，这也是明明睡够了8小时，但在白天还是会犯困的原因之一。

3、身体缺水会引起食欲旺盛

专家发现，大脑有两种机制满足你对能量的需求。第一种是从食物和糖的新陈代谢中获取能量，第二种是在水的供给和水电能的转换中获取能量。当水供应不足时，大脑也会对身体发出求救信号。神经元会混淆这两种需求，对你的胃持续发出能量需求信号，导致你在不知不觉中吃下更多的食物。

4、身体缺水会引起腰疼

水不光游离于人体内脏，它还储存在椎间。椎间关节处的水不光有润滑作用，还能支撑你上半身的重量。没有足够的水分摄入，在你行走、站立，至躺着的时候，腰椎运动不能得到足够的润滑，你会感到背部肌肉痉挛，至腰痛。

5、身体缺水会引起假性阑尾炎

英国医学专家发现，在身体缺水的时候，腹壁紧缩，身体会出现“假性阑尾炎”的症状。这时候慢慢地喝1杯水，同时在右腹下方进行轻柔的按摩，疼痛就能得到缓解。专家指出，如果出现呕吐，40%的右腹下方疼痛都是“似性阑尾炎”。当然，如果疼痛不能得到缓解或伴有明显的呕吐或发烧，就需要及时去看医生。

6、身体缺水会引起肠痉挛

左腹下部隐隐作痛可能是身体缺水的一种信号，大肠的功能之一就是吸收排泄物中的水分。如果你吃的食物太干，又没有另外补充水分，食物残渣使胃肠蠕动速度减慢，此时大肠为了从食物中挤出一些水分来，就会用力挤压、收缩，这一过程会引起疼痛，让你产生肠痉挛的错觉。

以上6点就是身体缺水的危害，特别提醒在夏季来临，要注意多补充水分哦！尤其是在校的学生和办公楼的白领，不要因为学习忙，工作忙，而忘记喝水。汇众净水为广大高校提供干净方便的饮水平台，为您的健康保驾护航！