

پاسخ سوالات :

۱. دلفین‌ها اصلاً نمی‌خوابند .

دلفین‌ها می‌خوابند، اما نیمی از مغز آن‌ها بیدار باقی می‌ماند. چون آب شش ندارند و لازم است برای نفس کشیدن به سطح آب بیایند .

۲. مصرف الکل باعث می‌شود صدای خرخر بلندتر شود .

مصرف الکل باعث سست شدن بافت عقب حلق می‌شود. بافت در مسیر خروج هوا قرار می‌گیرد و نوسان آن نیز آسان‌تر می‌شود. برای همین خرخر شدیدتر می‌شود .

۳. بلندترین صدای خروپف که تا به حال شنیده شده، چقدر است؟

شدیدترین خرخری که مشاهده شده، متعلق به مردی با نام ملوین سویترز است که شدت آن ۹۲ دسی بل است .

۴. گاوها می‌توانند ایستاده بخوابند و رویا ببینند .

گاوها می‌توانند ایستاده بخوابند، اما فقط وقتی دراز می‌کشند، خواب می‌بینند .

۵. طولانی‌ترین رکورد ثبت شده بی‌خوابی چقدر است؟

در سال ۱۹۹۵ یک جوان هفده ساله به نام رندی گاردنر، ۲۶۴ ساعت (تقریباً ۱۱ روز) بیدار ماند تا رکورد جدیدی ثبت کند. او از روز چهارم شروع به هدایان گفتن کرد و فکر می‌کرد یک فوتبالیست مشهور است .

۶. ماهی‌ها هنگام خواب، چشمشان را می‌بندند .

ماهی‌ها پلک ندارد، پس نمی‌توانند چشمشان را ببندند. ولی هنوز کسی نمی‌داند که ماهی‌ها می‌خوابند یا نه .

۷. خواب دارای چند مرحله متفاوت است .

خواب دارای دو مرحله اصلی است. مرحله حرکات سریع چشم و مرحله قبل از آن.

۸. یک سیکل کامل خوب چقدر طول می کشد؟

یک سیکل کامل خواب، به طور میانگین ۹۰ الی ۱۰۰ دقیقه طول می کشد.
ما در هر بار خواب، ۴ الی ۵ سیکل خواب را طی می کنیم .

۹. می توان با چشم باز خوابید .

بسیاری از والدین ادعا می کنند که بچه هایشان با چشم های نیمه باز یا کاملاً باز می خوابند. کسانی که در خواب راه می روند هم با چشم باز راه می روند، در حالی که خوابند .

۱۰. خواب آلودگی راننده دلیل ۲۰ درصد از تصادفات جاده ای است .

بیشتر تصادفات رانندگی در ساعت ۶-۲ صبح و ۴-۲ بعد از ظهر اتفاق می افتد. مردان ۱۸ الی ۳۰ ساله مسوول حدود ۵۰٪ از حوادث رانندگی ناشی از خواب آلودگی هستند .