



なみだはどこから出るの

なみだは涙腺でつくったり出したりしている

両目の上の、上まぶたの外側には、涙腺というなみだをつくったり、ためたり出したりするものがあり、なみだは、そこから出て、流れているのです。

なみだは、泣いたときだけでなく、いつも目の表面を少しずつ流れています。そして、ゴミを取ったり、ばい菌が入ると殺したりして、わたしたちの目を守っています。

あくびをするとなみだが出るのは

あくびをするとなみだが出てくるのは、あくびをするとき、大きく口をあけるため、涙腺のまわりの筋肉がきん張し、涙腺がおさえつけられて、なみだがりぼり出されるためです。もう一つは、あくびをすると、顔の筋肉がきん張するため、目と鼻の間にある「涙のう」という、なみだを鼻に流すところの口がとじて、なみだ流れなくなってあふれ出てくることと、「涙のう」にたまっていたなみだが、しぼり出されるためです。

うれしいときにもなみだが出ますが、これも、顔の筋肉がきん張して涙腺をおさえつけるため、なみだがりぼり出されてくるからです。（監修・保志 宏）

