



太陽を見ると、くしゃみが出るのはなぜ

太陽の強い光線が、鼻のねん膜をしげきするため

太陽を見ると、くしゃみが出ることがあるのは、太陽の強い光線が、鼻のねん膜をしげきすることと、光のしげきで、涙腺から出たなみだが鼻に流れこみ、それが鼻のねん膜をしげきするからだと考えられています。

ふつうのくしゃみのもと、小さなごみ

くしゃみは、鼻のねん膜（湿ったうすい膜）についた小さなごみを、ふり落として、外に出そうとして、息を、思いきりはき出したものです。

わたしたちが呼吸をする空気の中には、ほこりやばい菌など、いろいろなごみが混じっており、そのまま吸いこむと、病気の原因にもなります。

ごみをできるだけ少なくしてから、体の中におく送りこむために、空気を吸いこむ鼻には、いろい

ろなくみがあります。まず、鼻毛では大きなごみが入りこむのを防ぎます。そして次には、鼻の中のねん膜をいつも湿らせておいて、小さなごみやほこりまで、取り除いているのです。

鼻毛とねん膜のおかげで、わたしたちは、かなりきれいな空気を、体の中に取りこむことができ、病気の原因を遠ざけることができるのです。

ところで、この小さなごみが、鼻のねん膜にある神経をしげきすることがあります。そうすると、しげきされた神経は、鼻のねん膜についた小さなごみをふり落とし、外へ出そうとして思いっきり息をはき出します。これが、くしゃみなのです。（監修・保志 宏）

