

❖ 주름살의 비밀은 뼈 ❖



나이가 들수록 가장 고민되는 것 중의 하나가 주름살이다. 흔히 주름살은 나이가 들어 피부가 처지면서 생기는 것이라고 생각하기 쉽지만 그 보다는 오히려 얼굴뼈가 축소되는 것과 더 관계가 깊다. 나이가 들면 뼈의 전체 용적이 축소 돼 키가 줄어드는 현상을 흔히 볼 수 있는데, 얼굴 뼈 역시 축소되기 때문에 이로 인해 생긴 빈 공간 주위의 피부조직이 느슨하게 처져 주름이 발생하게 되는 것이다.

❖ 너무 웃어도 눈물이 나오는 이유? ❖



너무 우습거나 즐거워 박장대소를 하다보면 자신도 모르게 눈물이 찰끔 나올 때가 있다. '눈물 쏙 빠지게 우습다'는 말이 생겨난 것도 그 때문. 그렇다면 웃으면서 아이러니컬하게도 슬픔의 대명사인 눈물을 흘리게 되는 이유는 뭘까? 그것은 매우 생리적인 현상이다. 입을 크게 벌린 채 웃으면 한꺼번에 많은 양의 공기가 들어와 코가 건조해져 눈물샘을 자극하게 되고 동시에 웃는 근육이 '누냥'이라는 눈물주머니를 누르기 때문에 자연스럽게 눈물이 나오게 되는 것이다.

❖ 육조의 물은 항상 한 방향으로만 돈다 ❖



목욕 후 물을 빼낼 때, 물은 항상 오른쪽으로 돌며 빠져 나간다. 왜 그런 것일까? 그것은 '전향력' 때문이다. 전향력이란 물체의 운동방향을 바꾸게 하는 가상의 힘으로, 지구의 자전에 의해 생겨나는 것으로 알려져 있다. 전향력은 지구의 남반구와 북반구에 각각 반대로 작용하는데, 이 때문에 태풍은 북반구에서는 반시계방향으로, 남반구에서는 시계방향으로 돌고 육조의 물은 북반구에서는 시계방향으로, 남반구에서는 반시계 방향으로 돌며 빠져나간다.

❖ 근육아, 지방을 놓아줘 ❖



흔히 근육은 비만과 별 상관없는 것으로 알고 있다. 오히려 지방과 반대되는 탄력적인 건강미의 상징으로 여긴다. 그런데 놀랍게도 비만인의 근육은 지방이 소비되지 않도록 꽉 붙잡고 놓아주지 않는 역할을 한다. 비만인의 근육에는 'SCD1 효소 유전자'가 보통체형의 사람보다 세 배나 많이 발현되는데, 이 유전자는 지방산의 합성을 촉진해 지방의 소비를 감소시킨다. 지방을 축적하는 방법이 아니라, 지방 소모를 적극적으로 막음으로써 비만을 유도하고 있는 것이다.