

CON NGƯỜI KHÔNG THỂ THIẾU NƯỚC QUÁ 3 NGÀY

Nếu bạn bị kẹt tại một đảo hoang, hãy nhớ điều mà các chuyên gia gọi là "Nguyên tắc bộ ba". Theo đó, bạn sẽ không thể sống sót nếu không được uống nước trong 3 ngày.

Nếu bạn bị kẹt tại một đảo hoang, hãy nhớ điều mà các chuyên gia gọi là "Nguyên tắc bộ ba". Theo đó, bạn sẽ không thể sống sót nếu không được uống nước trong 3 ngày.

Bạn có thể sống 3 phút mà không có không khí. Trong môi trường khắc nghiệt, chẳng hạn như tuyết phủ, bạn có thể sống sót 3 tiếng mà không có mái che. Sau 3 ngày, bạn sẽ cần nước nếu không bạn sẽ bị chết khô. Bạn có thể trải qua 3 tuần không có thức ăn, mặc dù điều đó sẽ chẳng thú vị gì.

Nhưng bất kể quy tắc hữu ích này, một số người vẫn có thể sống tới 8-10 ngày mà không cần nước.

Chiếm 65% trong cơ thể người, nước vô cùng thiết yếu đối với sự sống. Dòng nước chảy qua máu, mang theo oxy và chất dinh dưỡng cho các tế bào và tổng chất thải ra ngoài cơ thể. Nó làm đệm cho khớp và các mô mềm. Không có nước khi ăn uống hằng ngày, chúng ta sẽ không thể tiêu hóa hoặc hấp thụ thức ăn.

M.T.