

TẠI SAO ẨM ƯỚT GÂY CẢM GIÁC KHÓ CHỊU CHO CƠ THỂ?

Khi mà cái nóng của mùa hè đã lên đến đỉnh điểm của nó, mồ hôi bắt đầu tuôn ra từ khắp nơi trên cơ thể...

Thông thường, “quá trình ẩm ướt này” là một cách tự làm mát của cơ thể bạn, nhưng khi độ ẩm tăng cao - làm cho cơ thể bị bốc mùi hôi và gây cảm giác thật khó chịu!

Nhiệt độ càng cao, hơi nước trong không khí càng nhiều, do đó không khí ẩm trở nên ẩm ướt hơn. Và khi ẩm ướt bắt đầu tăng lên, mồ hôi đọng trên trán bạn không thể thoát ra môi trường được nữa, bạn sẽ cảm thấy nhiệt độ cơ thể mình giảm xuống và trở nên thoải mái hơn. Bởi vì rõ ràng lúc này không khí mang rất nhiều hơi nước. Mồ hôi không còn có chỗ để thoát hơi đi. Và sự ướt át của quần áo đã tạo cho cơ thể cảm giác trên.

Trong những trường hợp như vậy, cơ thể của bạn rõ ràng đã bị quá nhiệt và mệt mỏi có thể “quật ngã” bạn. Cũng cần lưu ý đối với những người đã có tuổi. Đôi khi hiện tượng này cũng rất dễ làm cho họ bị cảm.

Bùi Thành