

Hjelpsomme kroppsvæsker

Kroppen inneholder 54 forskjellige væsker som gjør livsviktige jobber i kroppen. Her kan du lese om tre av dem.

AV PERNILLE AMDAHL | PUBLISERT 11. NOV. 2019 | OPPDATERT 23. FEB. 2020

Illustrasjon av gutt som sikler

Vi er helt avhengige av spytt. Illustrasjon: Tank.no

Spytt

Hvem har vel ikke fått vann i munnen når de har kjent lukten av nybakt bolle? Vannet er egentlig spytt som forberede kroppen på å spise. Spyttet inneholder et enzym som skal bryte bollen ned i bittesmå biter når du begynner å tygge.

– Du behøver bare å tenke på mat, så begynner munnen å lage spytt. Hjernen og spyttet sender raske signaler til hverandre, sier cellebiolog Åsmund Husabø Eikenes. Han er forskningsformidler og kan mye om væskene i kroppen

– Spytt er helt nødvendig. Det renser tennene, det hjelper deg med å svelge, og det gjør fordøyelsen enklere. Og det hjelper deg med å snakke, det vet den som har våknet med helt tørr munn, sier Åsmund.

Forskere regner med at vi svelger opptil 1,5 liter av vårt eget spytt i løpet av en dag. Å se noen spytte på gata kan være ekkelt. I noen kommuner i Norge er det faktisk forbudt å spytte, fordi man risikerer å spre farlige bakterier og sykdommer.

– Forskning på spytt og andre kroppsvæsker kan lære oss mye. Noen ganger kan det også hjelpe oss med å lage ny medisiner, sier Åsmund.

Illustrasjon av gutt som svetter store blå dråper

Kroppen svetter ut nesten 1 liter vann hver dag. Illustrasjon: Tank.no

Svette

Fra puberteten begynner man å svette. Det kan lukte utrolig vondt. I hundrevis av år har folk lett etter måter å stanse skjule lukten på.

– Det er litt rart at vi ikke tåler noe så naturlig. Svette forbindes med noe som er urent, men i virkeligheten kan det virk rensende, sier Åsmund.

Svette, som består av 99,5 prosent vann, er viktig for å regulere kroppstemperaturen. Når vannet damper ut av kropp blir den avkjølt. Kroppen mister nesten en liter vann hver dag, gjennom over 2 millioner svettekjertler som sprøyter ut vannet omtrent som pistoler.

Under armene minner kjertlene mer om såpeboblemaskiner, mener Åsmund. Der går små deler av cellene i oppløsning når væsken blir ferdig.

Egentlig er det ikke selve svetten som lager vond lukt, men bakterier som lever av stoffer i svetten. Forsøk med deodorant og håndrensemiddel, som begge inneholder alkohol, viser at alkoholen kan drepe bakteriene – og dermed også stoppe den vonde lukten.

I 2001 fant forskere ved Universitetet i Tübingen i Tyskland ut at det også finnes et stoff i svetten som kan drepe bakterier. Dette stoffet, som har fått navnet dermicidin, kan ta livet av farlige bakterier som stafylokokker og salmonella. Kanskje vil det en dag bli brukt til å lage en ny medisin?

Illustrasjon av en gutt med store blå tårer

Mennesker gråter når det gjør vondt, både fysisk og psykisk. Illustrasjon. Tank.no

Tårer

– Tårer er den vakreste kroppsvæsken, synes Åsmund.

Mennesker gråter både på grunn av følelser og fysiske smerter. Når vi gråter, reagerer andre mennesker og kommer med hjelp, trøst eller spørsmål.

– Den menneskelige gråten er viktig for å skape fellesskap og samfunn, sier Åsmund.

Han forteller om nerveceller i hjernen, såkalte speilnevroner, som får oss til å gjøre og føle det samme som andre. Hvis vi ser tårer, reagerer vi lett med egne tårer. Antakelig fungerer ikke gråt på den samme sosiale måten hos dyr.

– Selv om man har sett hester og hunder gråte, finnes det ingen vitenskapelige bevis for at dyr gråter når de er triste, sier han.

Rent praktisk er gråten viktig for å rense øyet, som er et av de minst beskyttede stedene på kroppen. I tårene finnes det også et bakteriedrepende stoff.

Jo mer støv, rusk, pollen eller andre ting som kommer på øyet og ikke skal være der, desto mer tårevæske produserer kroppen. Væsken renner ned i nesen og svelget, men blir det for mye, flommer det over – og tårene triller nedover kinnene.

MAT OG HELSE MENNESKEKROPPEN FØLELSER

Meldinger ved utskriftstidspunkt 12. mars 2025, kl. 21.09 CET

Det ble ikke vist noen globale meldinger eller andre viktige meldinger da dette dokumentet ble skrevet ut.