

В слезах человека находятся масла, вода, слизь, белки, антитела, гормоны. За счёт этого слёзы выполняют несколько жизненно важных функций в организме. Например, благодаря воде роговица увлажняется, слизь распределяет по поверхности глаза слёзную жидкость равномерно и пр.

По словам учёных, есть три типа слёз. Каждый из них связан с определённой задачей. Базальные слёзы поддерживают глаза в комфорtnом состоянии, рефлекторные защищают от различных раздражителей, эмоциональные являются ответом на эмоции и содержат много гормонов стресса.

По словам экспертов, слёзы содержат определённые химические сигналы, которые улавливаются на подсознательном уровне окружающими. Возможно, именно поэтому нам хочется утешить плачущего человека.

Плач в некоторых культурах — это проявление слабости. Тем не менее исследования показывают, что запрет на слёзы может ухудшить физическое и психическое здоровье человека.

Благодаря плачу мы справляемся со стрессом, уменьшаем физическую боль, снижаем эмоциональное напряжение.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.