



[Как Лужков пришел на работу с синяком под глазом](#)



[Подрядчик строительства Керченского моста озвучил зарплаты рабочих](#)



[Плотницкий подтвердил смерть своих родителей](#)



[«Эстония дорого платит за события бронзовой ночи»](#)



[Как Лужков отреагировал на орден от Путина](#)



[Опрос показал, что украинцы думают о войне с Россией](#)

Странный рефлекс

Приступ икоты начинается без видимой причины и так же внезапно и самопроизвольно прекращается. Он может длиться от нескольких секунд до суток (последнее, впрочем, встречается крайне редко). Случается икота из-за того, что диафрагма (мышца, расположенная под легкими и участвующая в процессе вдоха и выдоха) внезапно резко сокращается. Это сопровождается частыми смыканиями голосовых связок, отсюда и возникает характерный, знакомый каждому звук.

Икота – это рефлекс, как чихание или кашель. Но, если при чихании мы удаляем со слизистой микробов и пыль, а кашель иногда может даже спасти жизнь, икота ничего не дает организму, она совершенно бесполезна.

От холода до алкоголя

[Причины икоты](#) точно до сих пор неизвестны. Считается, что она появляется, если что-то раздражает нервы, ведущие от диафрагмы или, наоборот, к ней, а также нервы, отходящие от той области головного мозга, которая управляет дыхательным центром. По опыту можно сказать, что икота может быть вызвана:

- переохлаждением – при долгом купании в речке, холодном душе, употреблении холодных напитков;
- сильным эмоциональным потрясением;
- быстрым проглатыванием газированных напитков, кваса, нечаянном заглатывании воздуха;
- злоупотреблением алкогольных напитков.

Скажите «Стоп!»

Специального [лечения икота не требует](#), но, так как она вызывает неприятные ощущения, придумано много способов, которые помогут избавиться от икоты.

- Медленными глотками выпейте полстакана воды.

Важно

Сама по себе икота не опасна, но она может быть признаком более

- Сделайте глубокий вдох и максимально задержите дыхание: если предотвратить попадание воздуха в дыхательные пути, это поможет быстрее справиться с икотой.

- Рассосите дольку лимона или съешьте цитрусовый фрукт.

- Можно вообще не бороться с икотой никак – в спокойном состоянии начинают действовать другие мышцы, и спазмы исчезают.

серьезных нарушений.

К врачу нужно обратиться, если:

- она продолжается больше часа;

- приступы возникают по несколько раз в день или несколько дней в неделю;

- кроме икоты вы жалуетесь на изжогу, боль в груди или нарушения глотания.



[Оставить комментарий \(5\)](#)

[Наверх](#)

Также вам может быть интересно

- ▶ Дома не в банке. Где в квартире не надо прятать деньги?
- ▶ «Ты здесь жить не будешь». Свекровь выгнала невестку с внуком после взрыва
- ▶ Не дожидаясь онкологии. Мифы о раке толстой кишки
- ▶ Россия - кость в горле. Почему Запад ополчился на нашу страну?

By Relap

- ▶ Дома не в банке. Где в квартире не надо прятать деньги?
- ▶ «Ты здесь жить не будешь». Свекровь выгнала невестку с внуком после взрыва
- ▶ Не дожидаясь онкологии. Мифы о раке толстой кишки
- ▶ Россия - кость в горле. Почему Запад ополчился на нашу страну?

By Relap

- ▶ Где купить квартиру в Москве рядом с парком и метро?
Реклама
- ▶ «К.У.» значит Черненко. История самого странного лидера Советского Союза
- ▶ Под знаком рака. Какие безобидные симптомы указывают на раннюю онкологию
- ▶ Олег Царев: «Петр Порошенко готовит запасной аэродром в Испании»

- ▶ Где купить квартиру в Москве рядом с парком и метро?
Реклама
- ▶ «К.У.» значит Черненко. История самого странного лидера Советского Союза
- ▶ Под знаком рака. Какие безобидные симптомы указывают на раннюю онкологию
- ▶ Олег Царев: «Петр Порошенко готовит запасной аэродром в Испании»



На Ямале ученые обнаружили мутации у населения



Пышнотелая 45-летняя петербурженка стала королевой красоты. Фото



К берегам Ямала прибило загадочную бутылку с посланием из Шотландии

Брошенная Маяковским

Что скрывала родная сестра Лили Брик

► [Читайте на aif.ru](http://aif.ru)

МЕДИАСЕТЬ RUSSIA.RU



[Похоже, Россию разозлил договор Швеции с НАТО \(Expressen\)](#)
ИноСМИ



[Если бы Гитлер не вторгся в СССР \(National Interest\)](#)
ИноСМИ



[Европейцы тихо готовятся к войне с Россией \(Newsweek\)](#)
ИноСМИ



[Скандал продолжается: Норвегия хуже России \(Dagbladet\)](#)
ИноСМИ

ОБЗОР НОВОСТЕЙ



Известный певец забыл открыть рот, чем произвел фурор в Сети



Безбородый Никита Джигурда и Лена Ленина провели незабываемый вечер



Ученые доказали, что кошки смертельно опасны для здоровья



Почему зрелые дамы выбирают юнцов

ОБЗОР НОВОСТЕЙ



Безбородый Никита Джигурда и Лена Ленина провели незабываемый вечер



Ленин был мутантом, доказали ученые



18-летняя девушка судится с родителями из-за своих детских фото



Известный певец забыл открыть рот, чем произвел фурор в Сети

WOW. ВСЕ, ЧТО НЕЛЬЗЯ ПРОПУСТИТЬ



Отец сделал шрам на голове ради сына. Фото



Агутин показал фото взрослых дочерей с женихами



Виктория Боня на обложке журнала в Монако. Фото



Как папа: сын Алена Делона в новой рекламе. Фото

[Читайте другие материалы рубрики «Здоровая жизнь»](#)

Оставить комментарий

E-mail

Пароль

Войти через соцсети



[Зарегистрироваться](#)

[Восстановить пароль](#)

ВХОД

Запомнить

Комментарии (5)



Skalin26 | 13:13 27.11.2012

0 + -

Я икал 6 суток и не чего не помогало а врачи сказали мы икоту не лечим. Потом сама прошла.

[Прочитировать](#) [Ответить](#)

[Ссылка](#) [Пожаловаться](#)



02745 | 12:15 28.11.2012

0 + -

Если не помогают способы: "...- Медленными глотками выпейте полстакана воды. - Сделайте глубокий вдох и максимально задержите дыхание: если предотвратить попадание воздуха в дыхательные пути, это поможет быстрее справиться с икотой. - Рассосите дольку лимона или съешьте цитрусовый фрукт..." - ложитесь спать (можно принять таблетку снотворного). Проблема исчезнет когда проснетесь. Удачи!

[Прочитировать](#) [Ответить](#)

[Ссылка](#) [Пожаловаться](#)



Влада Эмет | 19:00 28.11.2012

0 + -

При чихании удаляются со слизистой микробы и пыль, а кашель иногда может даже спасти жизнь. Икота ничего не дает организму, она совершенно бесполезна? Ничего подобного. Икоту могут навести как порчу. В селе Нюхча Кировской области жила целая группа икотников, наводивших порчу. В их музее до сих пор хранят рецепт избавления от икоты. При внедрении в организм не совместимой с ним блуждающей живы (шевы) или даже лярвы (мыслеформы), диафрагма сокращается, дабы избавиться от непрошенного жителя. Бывают и вовсе тяжёлые случаи порчи, когда человек икает до полугода и даже больше, если шева не желает покидать избранное ею место, обосновывается там и сожительствует с заражённым (порченным) человеком. Врачи помочь могут, в лёгких случаях. Но лучше посоветоваться со знахарями.

[Прочитировать](#) [Ответить](#)

[Ссылка](#) [Пожаловаться](#)



ТаняП | 21:47 28.11.2012

0 + -

поцелуи помогают)))

[Прочитировать](#) [Ответить](#)

[Ссылка](#) [Пожаловаться](#)

[Все комментарии](#)
[Оставить свой комментарий](#)



[Дженнифер Энистон о разводе Питта и Джоли: «Тебя настигла ...»](#)



[Астрологический прогноз по знакам Зодиака: октябрь 2016](#)



[Брэд Питт назвал жизнь с Джоли "психбольницей"](#)



[Ученые определили идеальную разницу в возрасте супругов](#)

LENTAINFORM



[Стас Садальский жестко осудил наследника Татьяны Васильевой...](#)



[Абрикосов сделал скандальное заявление об участии в «Доме-2»](#)



[Почему мы не помним, как были детьми](#)



[Что будет, если люди не будут есть мясо](#)

LENTAINFORM



[Жена Караченцова ответила Довлатовой, обвинившей ее в ДТП ...](#)



[Жена Николая Караченцева Людмила Поргина резко сменила имидж](#)



[Мужчинам не стоит говорить эти 8 фраз женщинам](#)



[Раскрыта тайна гибели Талькова: Роковой выстрел сделал ...](#)

Яндекс.Директ



Пицца на заказ с

доставкой

Для каждой пиццы свой оригинальный соус. Пицца на любой вкус-попробуй!

[аллопицца.рф](#) Москва



Land Rover с

пробегом в РОЛЬФ

Меняем ваш а/м с пробегом на Land Rover Approved без доплат в РОЛЬФ

[landroveryasenevo.ru](#)
Адрес и телефон Москва



Владельцы Mercedes выбирают!

Коврики премиум-класса! Потрясающее качество! Полная индивидуальность!

[autoretail.ru](#)
Адрес и телефон Москва



KIA

SORENTO дешевле на 100 000р.!

Купить SORENTO с выгодой до 100 000 руб.! Первое ТО в подарок. Звоните!

[moscow-kia.ru](#)
Адрес и телефон Москва

Яндекс.Директ

Камера Мерседес. Узнайте больше!

[mercedes-adept.ru](#)

Камера Мерседес. Работаем с любыми моделями Mercedes. Цены на сайте!

Ремонт Comand Мерседес Навигация
Дооснащение Mercedes Русификация

Адрес и телефон Москва

Актуальные вопросы

- ? Что такое гиперзвуковое оружие?
- ? Насколько опасен выброс радиации в Нижнем Новгороде?
- ? Что будет со сборной России по хоккею после поражения в матче с Канадой?

▶ [Все вопросы](#)

Популярные

Комментируемые

▶ [24 часа](#) [Неделя](#) [Месяц](#)

- 1 «Ты здесь жить не будешь». Свекровь выгнала невестку с внуком после взрыва
- 2 Вопрос «О Галиче». Кто и почему убил знаменитого барда?
- 3 Граждане Швейцарии проголосовали против повышения пенсий
- 4 Мужской гардеробный минимум. 10 вещей, которые должен купить джентльмен
- 5 Наталья Поклонская в Госдуме будет проверять доходы депутатов – СМИ
- 6 Фотограф Джок Стерджес высказался о закрытии своей выставки в Москве
- 7 Залог здоровья. В чём польза чеснока?
- 8 Порошенко назвал предвыборной риторикой заявления Трампа о Крыме
- 9 Героям слава. Каратель из «Торнадо» убил двух украинских полицейских
- 10 Новинки автопрома: какие машины ждать на нашем рынке в ближайшее время?

Готовы ли вы пожертвовать свои органы после смерти ради жизни других людей?

- Готов/а — почему бы не помочь другим людям тем, что тебе уже не пригодится
- Нет, мне не позволяют этого мои религиозные убеждения, мне неприятно даже думать об этом
- Это так непривычно... Если бы многие вокруг так делали, пожалуй, я бы мог/ла поступить так же
- Не знаю, никогда об этом не думал/а

ОТВЕТИТЬ

▶ [Архив опросов](#)

САМОЕ ИНТЕРЕСНОЕ В РЕГИОНАХ



«Зачем в бабу стрелять?» Новые подробности по расстрелу рязанских грибников



Пермячку в инвалидной коляске признали одной из самых красивых девушек в стране



Дочь и внучка бросили 75-летнего старика в Египте, уехав жить во Францию. Подробности



Как сохранить свежие яблоки и кабачки до Нового года?



Самым красивым мужчиной России стал бизнесмен из Ростова



Здоровый человек не помнит, что ему снилось. Врач-сомнолог о правилах сна

САМОЕ ИНТЕРЕСНОЕ В РЕГИОНАХ



Свадьба бездомных в Петербурге. Фото



Медсестра из Волгограда поразила жюри шоу «Танцы»



Пенсионерка в розовом пальто покорила интернет танцем на Дне города



Необъяснимые аномалии на границе Польши с Калининградом - СМИ



В Перми выбрали самую красивую замужнюю женщину



«Избавь меня от Пентефрейхи!» Как дочь Кутузова преследовала Пушкина

СМИ2 LADY



5 признаков того, что ваша жизнь скоро изменится



7 причин не дружить с бывшим

Как модно одеться этой осенью: 13 вещей, которые должны быть у каждой



[Внешние особенности знаков Зодиака](#)



[Чехова раскрыла секрет своего похудения](#)



[Удивительные свойства лаврового листа: важно знать каждой хозяйке](#)

INFOX.SG



«Мы живем в коробках, а жизнь проходит»



Источник: Подавшему в отставку Медведеву, нашли новое место



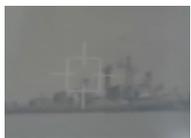
Признание обнищавшего Певцова: Моя жизнь изменилась



Россия накануне мирового шторма: пора наказывать подлость



«Никто не лучше русских!» Twitter о скандале в WADA



Украинский флот атаковал корабль ВМФ России "Сметливый"

INFOX.SG



Специалисты SpaceX выяснили причину взрыва Falcon 9



Чуркин: На односторонние шаги РФ больше не согласится



На Украине обстреляли ресторан из гранатомета



Должник Кобзона проиграл \$25 млн в карты, получил 6 лет



Еще один пляж Пхукета закрыли из-за ядовитых физалий



Заработал крупнейший в мире радиотелескоп

GAZETA.RU



Семья из Ярославля погибла в ДТП по вине пьяного полицейского



Что стоит за уходом Нарышкина на пост главы Службы внешней разведки



Обнаружен лондонский след миллиардов Захарченко



Пенсиям вернут процент

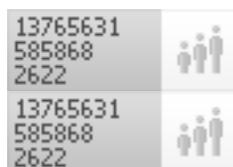
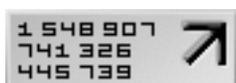
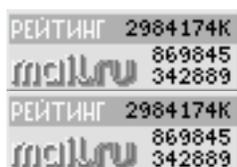
(920-003169) Клав, 10МБ
Беспроводная Logitech
Wireless Desktop MK220
Купить 0 р.



АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ AIF.RU

© 2016 ЗАО «Аргументы и Факты» Генеральный директор Руслан Новиков. Главный редактор еженедельника «Аргументы и Факты» Николай Зятков. Директор по развитию цифрового направления и новым медиа АиФ.ru Денис Халаимов. Шеф-редактор сайта АиФ.ru Владимир Шушкин.

Все права защищены. Копирование и использование полных материалов запрещено, частичное цитирование возможно только при условии гиперссылки на сайт www.aif.ru.



Партнер рамблера

