

# Những sự thật thú vị về bộ não mà bạn chưa biết

**Não là cơ quan vừa phức tạp vừa bí ẩn nhất trong cơ thể người. Các nhà khoa học đã có nhiều nghiên cứu về chúng nhưng bộ não vẫn còn nhiều ẩn đố chưa có lời giải.**

Có rất nhiều bộ phận trên cơ thể con người nhưng đâu là nơi quý giá nhất. Tim liên tục làm việc để bơm máu đến tất cả các cơ quan trọng khác. Còn phổi là nguồn cung cấp oxy rất quan trọng. Hay da, giúp bảo vệ bạn khỏi các yếu tố bên ngoài.

Bộ phận nào cũng có vai trò và mang tầm quan trọng riêng. Tuy nhiên, chúng đều có sự điều khiển bởi cơ quan quan trọng nhất là não. Bộ não là trung tâm của hệ thống thần kinh cho không chỉ con người mà tất cả các sinh vật có xương sống khác cũng như hầu hết các sinh vật không xương sống. Nó kiểm soát các hoạt động tự nhiên của tất cả các cơ quan của bạn nhằm duy trì sự sống cho bạn.



**Não là một bộ máy tinh vi nhất hành tinh.**

## **1. Chúng ta có khoảng 100 tỉ tế bào não**

Bộ não của bạn chứa đến hơn 100 tỉ neuron thần kinh, 75% thành phần của tế bào não là nước. Một phần mô não, kích thước bằng một hạt cát, chứa đến 100.000 tế bào thần kinh và 1 tỉ khớp thần kinh, tất cả chúng đều “qua lại” với nhau.

## 2. Khi học thêm điều gì mới, não có thêm nếp nhăn

Khi ở những tuần đầu của thai kỳ, não của chúng ta hầu như không có nếp nhăn. Cùng với sự phát triển của thai, não dần hoàn thiện. Đến tuần thứ 40, não gần như đã định hình. Vì thế não không thể có thêm những nếp nhăn mới khi chúng ta học hỏi thêm những điều mới.

## 3. Não được ví như cơ bắp

Giống như cơ bắp, não bộ cũng có khả năng phát triển. Trung bình, trọng lượng bộ não của một người đàn ông trưởng thành nặng 1.424 gam, trọng lượng này sẽ giảm xuống còn 1.395 gam khi bạn về già. Trong khi đó, trọng lượng bộ não lớn nhất của một phụ nữ trưởng thành là 1.565 gam. Kỷ lục cân nặng não bộ của đàn ông là 2.048 gam.



Não nhận biết xử lý mọi thông tin trong cuộc sống

## 4. Con số khổng lồ nếu liên kết neuron với nhau

Mỗi một neuron thần kinh lại liên kết với một neuron thần kinh khác thông qua 40.000 khớp thần kinh giữa các tế bào. Nếu nhân 100 tỉ tế bào thần kinh với 40.000 khớp thần kinh, kết quả có được sẽ tương đương với số lần các tế bào não liên kết với nhau, một con số lớn hơn nhiều so với số ngôi sao trong vũ trụ của chúng ta.

## 5. Tốc độ truyền thông tin khác nhau

Các tế bào thần kinh khác nhau truyền thông tin với tốc độ khác nhau. Nhiều loại neuron tồn tại trong não. Một vài loại chỉ có tốc độ lan truyền 0,5 m/s trong khi số khác truyền thông tin với mức siêu tốc là 120 m/s

## 6. Ngáp giúp cung cấp oxy cho não

Theo nghiên cứu, ngáp sẽ tăng việc cung cấp oxy cho não, từ đó giúp cho đầu óc con người tỉnh táo và sáng khoái hơn. Trẻ em dưới 5 tuổi nếu học hai ngoại ngữ sẽ khiến cấu trúc não bộ thay đổi, còn người lớn tăng nguy cơ bị xỉn răng.



Não là bộ phận bí ẩn thách thức các nhà khoa học đương đại.

## 7. Thời điểm não hoạt động nhiều nhất

Não hoạt động vào ban đêm nhiều hơn ban ngày. Nhiều người tin rằng, các hoạt động di chuyển, tính toán, suy nghĩ, tương tác vào ban ngày sẽ khiến não lao động mệt mỏi hơn nhiều so với khoảng thời gian ban đêm cơ thể nằm nghỉ trên giường. Sự thật lại hoàn toàn trái ngược. Khi bạn nghỉ ngơi là lúc não bắt đầu làm việc. Các nhà khoa học vẫn chưa thể giải thích được hiện tượng này. Tuy nhiên, họ cho rằng nhờ những hoạt động này của não mà bạn có thể trải qua những giấc mơ đẹp.

## 8. Khả năng lưu trữ thông tin

Não có thể lưu giữ thông tin gấp 5 lần cuốn Bách khoa toàn thư Britannica. Các nhà khoa học chưa thể xác định chính xác dung lượng của não. Họ cho rằng, nếu tính theo đơn vị lưu trữ điện tử, não có dung lượng từ 3 tới 1.000 terabyte. Trung tâm lưu trữ quốc gia Anh lưu giữ các dữ liệu của hơn 900 năm lịch sử nhưng chỉ tương đương khoảng 70 terabytes. Con số đó cho chúng ta thấy khả năng lưu trữ dữ liệu khủng khiếp của não.

## 9. Tốc độ lan truyền

Các xung thần kinh đến và đi từ não lan truyền với tốc độ 270 km/h, tương đương với tốc độ của một siêu xe đua công suất lớn. Đã bao giờ bạn thắc mắc rằng làm thế nào cơ thể phản ứng ngay lập tức với những tác động xung quanh hoặc tại sao khi chân vấp vào một vật thì cảm giác đau xuất hiện ngay lập tức? Đó là nhờ sự chuyển động siêu tốc của các xung thần kinh từ não tới mọi bộ phận trên cơ thể và ngược lại.

[Não phải điều khiển tay trái và não trái điều khiển tay phải.](#)

## 10. Não chỉ sử dụng 10%?

Nhiều người tin rằng chúng ta chỉ sử dụng 10% trí não của mình trong hoạt động, tuy nhiên ý nghĩ này không hề đúng. Não là một tập hợp của nhiều loại tế bào, thường xuyên được sử dụng. Không nhất thiết là sử dụng cùng một lúc, ví dụ như khi chúng ta đi bộ, phần não bộ chịu trách nhiệm cho việc điều khiển chân sẽ hoạt động mạnh hơn các phần khác. Không có bất kỳ bộ phận nào của não mà chúng ta không sử dụng tới cả. Tuy não chỉ chiếm 3% khối lượng cơ thể, nhưng nó sử dụng đến 20% năng lượng nạp vào để có thể hoạt động tốt. Chúng ta có thể bị bại liệt nếu có bất kỳ một tổn thương nào với não, dù nó nằm ở bất kỳ vị trí nào, và nó luôn hoạt động, cho dù bạn có làm gì đi chăng nữa.

## 11. Các chất cồn gây ảnh hưởng đến não

Nhiều nghiên cứu đã chứng minh rằng chất cồn có ảnh hưởng trực tiếp đến não bạn. Nhưng để giết chết các tế bào não thì không. Chất cồn có thể khiến các thông điệp không được truyền đi giữa các tế bào thần kinh. Tuy không bị chết nhưng các tế bào đã phải thay đổi cách thức chúng liên kết với nhau.

## 12. Những tổn thương não là vĩnh cửu?

Nhiều người cho rằng những tổn thương mà não chịu đựng sẽ là vĩnh cửu. Điều này không hoàn toàn đúng. Bởi có một số tổn thương não có thể được phục hồi một phần sau chấn thương. Khi các dây thần kinh bị tổn thương hoặc bị chết đi, chúng không thể lớn trở lại, nhưng mối liên hệ giữa các dây thần kinh thì có thể phục hồi để tạo ra

những mối liên hệ mới giữa các dây thần kinh.



Các thông tin phát ra từ não có liên hệ mật thiết với vũ trụ.

### **13. Các chất phụ có thể không tốt cho não**

Theo một khảo cứu thực hiện với 1 triệu sinh viên tại New York, sinh viên dùng bữa trưa không có các chất phụ gia nhân tạo sẽ làm bài kiểm tra tốt hơn những sinh viên có dùng chất phụ gia và chất bảo quản trong bữa ăn.

### **14. Não cơ quan béo nhất**

Bộ não con người là cơ quan “béo” nhất trong cơ thể con người, chứa ít nhất 60% chất béo. Mặc dù não của bạn chỉ chiếm 2% tổng trọng lượng cơ thể, khoảng 1,4 kg, nhưng nó lại sử dụng 20% – 30% tổng lượng calo mà bạn phải đốt cháy mỗi ngày.

### **15. Âm nhạc và giao tiếp là cách thức đẩy bộ não**

Những người học càng nhiều thì khả năng mắc bệnh liên quan đến não càng ít. Các hoạt động trí tuệ là quá trình sản sinh thêm các mô não. Các buổi học về âm nhạc truyền thống có tác dụng thúc đẩy cấu trúc và chức năng của não bộ hơn rất nhiều cho cả đối tượng là trẻ em và người lớn. Việc thường xuyên giao tiếp với những người thông minh là phương thức tốt nhất khiến cho não bộ phát triển.

## **16. Căng thẳng làm biến đổi tế bào não**

Quá nhiều căng thẳng đồng nghĩa với việc “làm biến đổi các tế bào, cấu trúc và chức năng não bộ”. Điều thú vị là não bộ không cảm nhận được đau đớn vì nó không có cơ quan tiếp nhận nỗi đau.

*Chi Mai*