Тапшырмасы менен жат жазуу

Жат жазуунун тексти

Көз жаштын пайдасы

Ыйлаган адамдардын элүү пайызы кайгыргандан, жыйырма бир пайызы кубангандан, калгандары элжиреп-эзилип ыраазы болгондон, ачуусу келгенден, кам көрүүдөн жана ооругандан ыйлашат. Статистика боюнча, адам өз өмүрүндө болжол менен жетимиш литр көз жашын ыйлоо менен төгөт экен.

Көздүн жашы − бул тек гана туздуу тамчы эмес. Уильям Фрей аттуу окумуштуу биохимик атайын приборлордун жардамы менен көз жаштын эмнеден турарын изилдеген. У.Фрей көздүн жашы стрессти төмөндөтүп, оорунун акырындашына, өтө оор абалдын жеңилдешине, кайгы-муңдун жана нерв системасынын чыңалуусунун азайышына алып келе тургандыгын аныктаган. Көз жаштын курамында морфий сыяктуу таасир этүүчү зат, бактерия, башка микроорганизмдерди секунда ичинде жок кылуучу зат, организмге оң таасир тийгизүүчү заттын бар экендиги маалымдалган.

Аялдар эркектерге караганда беш эсе көп ыйлашат жана орто эсеп менен жети жылга узак жашашат экен. Алардын көз жашы жарым градуска жылуу болот. (125 сөз)