

# Интересные факты о головном мозге

Мозг занимает 2% от общей массы тела человека

Головной мозг весит в среднем 1200 — 1400 грамм. При этом масса серого вещества никак не влияет на умственные способности.

Мозг человека содержит 85 млрд нейронов

Для сравнения: у бабуина, который считается достаточно умным приматом, в мозгу насчитывается 14 млрд нейронов. По количеству нервных клеток мозг человека превосходит только мозг саванного слона, у которого 257 млрд нейронов.

Нервные клетки не восстанавливаются — это миф

В определенных зонах головного мозга количество нейронов восстанавливается и увеличивается, а не уменьшается.

Мозг никогда не отдыхает

Даже во сне наш головной центр не прекращает трудиться.

Человек использует возможности мозга на 100%

Убеждение, что в голове скрыты способности, большинство из которых нам не доступны, — всего лишь миф. Мозг рационально использует в работе все свои зоны.

Мозг не испытывает боли

В головном мозге нет нервных окончаний, поэтому он не чувствует боль, жар и холод.

Продукты, насыщенные жирными кислотами, полезны для головного мозга

Это жирная рыба и морепродукты, орехи, тыквенные семечки, льняное масло.