

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	13
Часть I: «Посмотри на размер его ноги!»	
Мифы о теле человека	21
У мужчин с большим размером ноги больше пенис	23
Мы используем свой мозг только на 10 %	26
Волосы и ногти продолжают расти даже после смерти человека	29
Если побрить голову, волосы отрастут быстрее и станут темнее и толще . . .	31
Миф, полуправда или откровенная ложь? Если вы выдернете седой волос, на его месте вырастут еще два	33

Читая в темноте, можно испортить зрение	34
От стресса волосы могут поседеть	38
Миф, полуправда или откровенная ложь? Если не закрыть глаза, когда чихаешь, вылетят глазные яблоки	40
Миф, полуправда или откровенная ложь? Если вас ужалила пчела, необходимо выдавить жало	41
Мы должны опорожнять кишечник как минимум раз в день	42
Моча должна быть практически прозрачной	46
Алкотестер можно обмануть	48
Миф, полуправда или откровенная ложь? Комары, жужжащие у вас над ухом, не кусаются	51
Никогда нельзя будить лунатиков	52

Часть II: «Ты что, хочешь подхватить воспаление легких?» Мифы о болезнях и их лечении 55

Мы можем заболеть из-за холодной или сырой погоды	57
Поднимая тяжести, можно заработать грыжу	58
Дерматитом можно заразиться от страдающего им человека	61

Миф, полуправда или откровенная ложь? Смажьте ожог маслом	62
Аллергикам можно заводить только короткошерстных или нелиняющих собак	63
В пасти собаки микробов меньше, чем во рту у человека	65
Миф, полуправда или откровенная ложь? Если вас обожгла медуза, попросите кого-нибудь помочиться на место ожога	68
Зеленые сопли свидетельствуют об ОРВИ	69
Использование дезодорантов приводит к раку груди	72
Прививка от гриппа может вызвать заболевание гриппом	74
После сотрясения мозга нельзя спать . . .	78
Если вы используете средство с максимальным уровнем защиты от солнца, то можете не бояться ожогов и вредного воздействия солнечных лучей	81
Витамин С помогает избежать простуды	84
Грудным молоком можно лечить инфекции	87
Акупунктура (иглоукалывание) на самом деле не действует	90

Миф, полуправда или откровенная ложь? Если вы любите хрустеть суставами, вам грозит артрит	92
--	----

Часть III: «От похмелья вам поможет...»

Мифы о том, что мы едим и пьем . .	95
Миф, полуправда или откровенная ложь? От похмелья помогает...	97
Миф, полуправда или откровенная ложь? Градус надо повышать, а не понижать, а то будет плохо...	98
Кофе вреден для здоровья	100
Жевачка не растворяется в желудке человека	102
Индейка вызывает сонливость	104
Молоко увеличивает образование слизи в дыхательных путях	106
Грейпфрут сжигает калории	109
Морковь улучшает зрение	113
Еда в вечернее время ведет к полноте .	114
Миф, полуправда или откровенная ложь? Напитки с кофеином вызывают обезвоживание	116
Надо пить не меньше восьми стаканов воды в день	118
Миф, полуправда или откровенная ложь? Если вы хотите пить, у вас обезвоживание	121

- «Быстро поднятая с пола еда не считается упавшей», или Насколько опасны микробы? 122
- Вместо того чтобы чистить зубы, вы можете жевать жевачку 125
- Необходимо выждать час после приема пищи, прежде чем идти купаться . . . 128
- Миф, полуправда или откровенная ложь? На летних пикниках не ешьте блюда с майонезом 130
- Макать закуски в общую порцию соуса безопасно! 131

Часть IV: «Не пейте водопроводную воду — она содержит фтор!» Мифы, порождающие споры и дискуссии . 135

- Фторированная вода опасна 137
- В праздники совершается больше самоубийств 144
- Новые лекарства всегда лучше старых . 147
- Прививки могут вызвать у ребенка аутизм 154

Часть V: «Но я же пила таблетки!» Мифы о сексе и беременности 161

- Мужчины думают о сексе каждые семь секунд 163

Миф, полуправда или откровенная ложь? Занимаясь сексом в воде, нельзя забеременеть	166
Презерватив защищает от всех ЗППП .	166
Миф, полуправда или откровенная ложь? Сперма очень калорийна	169
У холостяков половая жизнь значительно богаче, чем у женатых	170
Миф, полуправда или откровенная ложь? После менопаузы женщины теряют интерес к сексу	172
Девственная плева полностью закрывает вход во влагалище	173
Миф, полуправда или откровенная ложь? Врач может определить, девственница вы или нет	174
Прерванный половой акт защищает от беременности	175
Миф, полуправда или откровенная ложь? В критические дни невозможно забеременеть	178
Эффективность противозачаточных таблеток снижается при параллельном приеме антибиотиков	179
Миф, полуправда или откровенная ложь? Вы не можете забеременеть, если пьете противозачаточные таблетки	182

Если вы занимаетесь сексом в середине цикла, у вас больше шансов зачать мальчика	183
Пол будущего ребенка можно предсказать без помощи врача	186
Близнецы рождаются через поколение .	190
Авиаперелеты опасны для будущего ребенка	191
Чтобы избежать преждевременных родов, необходимо соблюдать постельный режим	194

**Часть VI: «Учить ребенка читать надо начинать с рождения! Или ты не хочешь, чтобы он вырос умным?»
Мифы о младенцах и детях 197**

Развивающие видео- и телепрограммы делают ребенка умнее	199
Злаки в рационе ребенка помогают ему спать дольше	201
Миф, полуправда или откровенная ложь? Чтобы ребенок меньше срыгивал, после кормления его нужно подержать в вертикальном положении («столбиком»)	204
Прорезывание зубов может сопровождаться жаром	205

Сон в постели с родителями не представляет опасности для ребенка	207
Миф, полуправда или откровенная ложь? Младенца можно избаловать	209
Женщинам, кормящим грудью, иногда можно выпить немного вина	210
Лекарства от простуды и кашля, отпускаемые без рецепта, безопасны для младенцев и малышей	213
Ходунки помогут ребенку быстрее научиться ходить	215
Железо в составе детского питания вызывает у ребенка запор	217
Миф, полуправда или откровенная ложь? Когда на улице жарко, детям нужно давать больше пить	220
От сахара дети становятся гиперактивными	221