

# 太空學堂 航天員問答記

在太空吃飯，吃完後飯會在胃裏漂浮一段時間嗎？

回答問題航天員：聶海勝

在太空，最大的特點就是吃住。吃東西時，首先爲了防止食品飄着，產生的殘渣飄到其他地方，會對我們的儀器有影響，吃東西時一般都是一口吃下去，特別是容易產生殘渣的東西。當然如果是液態的東西就沒關係了，那不怕飄。我們還是主要以吞嚥爲主，吞下去也是靠腸胃的蠕動，正常的消化掉。失重對人的消化，影響並不大。

在太空睡覺姿勢是怎麼樣的？

回答問題航天員：王亞平

在太空裏，可以站着睡、躺着睡、橫着睡，甚至可以飄着睡。航天員有專門的睡眠區，我們睡覺時有睡袋，固定在睡眠區裏，睡覺時我們就鑽到裏面去。睡覺時必須乖乖地將手放入睡袋中，否則當你睡醒時，會被自己眼前「飛舞」的雙手嚇一大跳。

航天員在飛船裏做什麼運動？

回答問題航天員：王亞平

在太空爲了抵抗肌肉萎縮，做運動是必須的。一般的運動器械有拉力器，主要用來鍛煉上肢力量和腿部力量；還有一種是騎自行車。另外，我們的航天員可以在天宮一號裏做翻筋斗比賽，打太極拳等來鍛煉身體。

航天服穿上熱不熱？舒不舒服？有多厚？

回答問題航天員：楊利偉

航天服裏具有調節溫度的功能，航天員可以通過調節溫度來保持它的舒適感，所以不會感覺到熱。而且航天服是爲人類可在不適合生存的環境中活動而製的，所以並不像我們穿常服那樣有舒服感。另外航天服裏包含了氣密層等各種夾層，重量可達 20 斤（艙內航天服）、120 公斤（艙外航天服）。

在太空如何區分晝夜？是看手錶嗎？

回答問題航天員：王亞平

飛船在太空每天繞地球 16 圈，能看到 16 次日出。但是航天員在太空的作息規律還是按照地面上 24 小時北京時間實行。有時按照作息規律應該午休了，可是舷窗外卻是星光點點；有時應該晚上休息了，可舷窗外依然陽光燦爛，有一種穿越的感覺。

人在太空會長高嗎？

回答問題航天員：王亞平

在太空身體會長高，是指人體的脊椎會增高，在太空失重環境下，椎骨對椎間盤的壓縮狀態消失，因爲沒有重力存在，椎骨之間的間距會增大，人的脊柱長度也會變長，所以人的身高相應也會增加。但是飛完五天左右的時間，基本就恢復原來的身高。

資料來源：中國載人航天工程官方網站

撰文：大公報編輯部

美術編輯：陳汗誠



大公報 facebook