

# 8 Interessante Fakten über unseren Körper

1: Wir haben insgesamt 639 Muskeln, davon sind etwa etwa 400 Skelettmuskeln. Sie machen ca. 25-30 Prozent des Körpergewichts aus.

2: Der kleinste Muskel ist der „musculus stapedius“ oder auch Steigbügelmuskel genannt. Er ist dafür verantwortlich, die Energie der Schallwellen ins Innenohr zu leiten. Wenn es zu laut wird, kann dieser Muskel die das Trommelfell erreichende Energie reduzieren. Es wird leiser.

3: Wenn wir maximal tief einatmen, reicht die Luft, die wir eingeatmet haben aus, um unseren Körper für etwa 5 Minuten mit Sauerstoff zu versorgen. Absolute Ruhe vorausgesetzt. Bereits nach 1 Minute setzt allerdings schon ein sehr starker Atemreiz ein. Der Weltrekord im Tauchen ohne Sauerstoff liegt übrigens tatsächlich bei etwa 15 Minuten. Auch wenn man das Ganze trainieren kann, werden Schäden werden hierbei aber in Kauf genommen.

4: Die Zahl unserer Muskelfasern ist, so die aktuelle Erkenntnis, genetisch festgelegt. Ein Wachstum der Muskulatur entsteht immer nur durch Dickenwachstum der Muskelzellen. Wir bezeichnen das generell als Hypertrophie.

5: Der schnellste Muskel des Körpers ist der „musculus orbiculari“, auch Augenringmuskel genannt. Kein Wunder, denn er ist dafür verantwortlich, unsere Augen zu schützen. Blitzschnell können wir reagieren, wenn irgendetwas auf unser Auge zu kommt.

6: Unser Körper besteht aus 206 bzw. 210 Knochen. (Sesamknochen und Zähne ausgenommen). Diese wiegen zusammen etwa 10 Kilogramm. Die Ausrede mit den schweren Knochen ist also nicht ganz tragfähig.

7: Unser Herzmuskel transportiert in einem Jahr über 2,5 Millionen Liter Blut. In einer Stunde könnte man bereits eine Badewanne mit der Pumpleistung unseres Herzens füllen. Das Herz einer Frau wiegt ca. 280 Gramm, das Herz eines Mannes ca. 310.

8: Unsere Haut hat eine Fläche von 1 1/2 bis 2 Quadratmeter. Sie macht knapp 15 Kilogramm unseres Körpergewichts aus.