

2023 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

文章題目： 人類的體溫為什麼正在不斷下降？

摘要：討論關於人類體溫不斷下降的原因以及優缺點。

文章內容：(限 500 字~1,500 字)

人類的體溫為什麼正在不斷下降？

在我們的認知中，人體的正常體溫為 37 攝氏度。但近年來由於疫情，我們出入各個場所常常需要量體溫，卻發現量出來的體溫一直是 36.5 攝氏度左右。為什麼現在人們的平均體溫都不足 37 攝氏度呢？難道人類的體溫一直在下降嗎？

1851 年，德國的醫生經過上百萬次的測量後確定了人類的平均體溫為 37 攝氏度。但到了 2020 年，人類的平均體溫卻降到了 36.6 攝氏度，且每十年降低 0.03 攝氏度。針對此現象，科學家猜測有三個原因。

首先是勞動程度降低，在百年前，大部分工作都靠人力來完成。但隨著科技的發展，機械逐漸取代了繁重的體力工作，就連簡單的掃地和洗碗，都有專門的掃地機器人和洗碗機。而肌肉也隨著體力付出的減少而退化，肌肉是人體最大的發熱器官，所以體溫也隨之下降。接著就是生活方式改變。在暖氣出現以前，人們靠燒火取暖。但這種取暖方式的效果并不明顯，為了不被凍死，人體需要持續發熱。而現代社會熱了有冷氣，冷了有暖氣，人體可以一直處在舒適的溫度區間內，不再需要提高體溫來抵禦嚴寒，因此體溫才會逐漸降低。最後則是藥物的出現。百年前人們缺少藥物，如果生病了就需要免疫系統通過提高體溫來殺死細菌及病毒。而現代人類有各類藥物，如各種抗生素或消炎藥用來抵抗病菌。

科學家經過研究後發現體溫每上升 1 攝氏度，免疫力就會提升 5~6 倍，每下降 1 攝氏度則免疫力降低 30%，這就可能導致免疫系統檢測不到某些病毒，人體患病幾率也可能因此上升。

自然界中所有動物，只有人類的體溫正在不斷下降。狗狗的平均體溫大約為 38 攝氏度，老虎為 38.5 攝氏度，貓咪的體溫更加高，達到 39 攝氏度，因此在感受到寒冷時，許多人喜歡抱著家裏的寵物取暖。

而體溫降低帶來的也不全是負面影響。體溫降低后，新陳代謝速度也會減緩，這有利於細胞保持年輕，進而提高人類壽命。

對人類平均體溫為何降低有了一些瞭解後，大家認為平均體溫降低會是一件好事嗎？

參考資料

1. 人类体温越来越低，37 度已经不再正常，到底意味着什么？

<https://www.youtube.com/watch?v=ptBAeG5-vFI>

2. 37°C已經不再正常？人類體溫一直在下降，到底是什麼原因造成的？

原文網址：<https://read01.com/NoogG8E.html>

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，**將不予審查**。

2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，**將不予審查**。

PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。

3. 建議格式如下：

- 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
- 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
- 字體行距，以固定行高 20 點為原則
- 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖