

世界真奇妙 太空生活N问

10月16日凌晨00时23分，神舟十三号载人飞船顺利升空，翟志刚、王亚平、叶光富3名航天员已开启为期6个月的飞行任务。在太空遨游是人类共同的梦想，伴随着人类探索太空的征程，我们正一步步接近那片头顶的星空，相信同学们都对浩瀚宇宙充满了好奇，脑袋里对航天员们的衣食住行也都填满了小问号，那么，接下来就随小米姐姐一起来探秘宇航员们的日常。

第一问：航天员是指哪些人呢？

航天员指的是乘坐航天器进入太空飞行的人员，也可以叫宇航员。一般情况下，航天员可以分为两种，一种是职业的，一种是非职业的，包括了驾驶员、任务专家、随船工程师等。航天活动是一项比较特殊的职业活动，工作环境比较特殊，飞行任务艰巨。

第二问：航天员在太空中是怎样吃饭喝水的呢？

在太空失重的环境中，一不小心，所有的食品袋都会飞起来。所以，航天员吃东西时，一般都是一口吃下去，不能吧唧嘴哦！不然容易产生残渣的食物就会漂浮起来对仪器产生影响。

在太空喝水跟平时有什么不一样呢？在微重力条件下，即使把杯子倒转，水也不会自动流进航天员的嘴里。因此，航天员在太空都是用吸管喝水的！装饮料的容器一端有一个注水孔，航天员用塑料吸管插入注水孔吸饮。

航天员景海鹏在太空进食（图源网络）

航天员王亚平在天宫一号的“太空课堂”上示范喝水

第三问：航天员在太空中是如何睡觉和运动的呢？

如果我问你，睡觉需要几步？也许你会说，很简单嘛，就三步：脱掉衣服，躺到床上，盖好被子就行啦。没错，我们每天都是这样睡觉的。不过呢，这只是我们所习惯的地球上的生活。可是在外太空进行太空探索的宇航员们，他们睡觉就要麻烦多了，跟地球上有很大不同呢！

在太空，航天员睡的是“糊涂觉”，其表现是黑白不分和睡姿各异。国际空间站在距离地面近400公里高度轨道上绕地球飞行，大约90分钟就会绕地球一圈。原本在地球上24小时只能看一次的日出和日落，在太空绕地球运行的时候能看16次。航天员在天上绕地球航行，有时24小时内日出日落交替许多次，航天员无法遵循地球上的生活习惯，只能机械地按钟点安排工作和睡觉。

除此之外，让航天员们最不习惯的也许就是失重的问题了。因为在外太空，引力变得很小，人很容易飘起来。所以他们会习惯在半空中迷迷糊糊地睡觉，找不到“躺”的感觉。可以站着睡、躺着睡、竖着睡甚至可以飘着睡，当然，航天员也有专门的睡眠区。航天员睡觉时会钻到固定在睡眠区的睡袋里。

航天员在太空飞行中，会出现骨质疏松、肌肉萎缩等身体变化，为了减少太空飞行对身体的影响，需要在太空中做运动，开展锻炼。一般的运动器械有拉力器，主要用来锻炼上肢力量和腿部力量，可有效预防一些肌肉群的萎缩和力量减弱；还有一种是自行车功量计，航天员在自行车功量计上锻炼的时间和强度与飞行时间有关，一般每天锻炼1.5至2小时。

图源网络

第四问：在太空中航天员之间是如何交流的呢？

宇宙中是个真空环境，没有空气，声音无法传递。声音的传播是依靠介质的振动来实现的。因此，在太空中，进行太空行走的航天员之间只能通过无线电交流。而在飞船舱内交谈跟地球上没有两样，因为舱内同样充满空气，能够传递声波。

第五问：太空里的温度如何？航天员如何保暖？

前面已经提到过，太空上一天要经历十几次日出和日落，可想而知其温度变化是多么大！一个物体的热量辐射到宇宙空间后，几乎没有任何一部分能够反射回来。那么宇航员们是如何应对这种环境的呢？

其奥秘就藏在航天员厚厚的航天服里，航天服里具有调节温度的功能，航天员可以通过调节温度来保持它的舒适感，所以不会感到热。

但是，穿上航天服在太空中行走会笨拙很多，这是因为工作服体积大，就像套上一个气球，视觉和触觉都受到了限制。

航天员服装（图源网络）

第六问：航天员在太空会变路痴？

由于没有“上”或“下”的感觉，航天员需要依靠别的标志来确定“上”和“下”，在微重力的情况下，航天员常常产生错觉，分不清方向。

在太空定位、转移或运动等感觉与在地面上不一样。在太空行走是非常轻松的，航天员很快就习惯到处行走和用固定足的方法将自己固定在空间站。

第七问：去空间站干啥呢？

航天技术离我们似乎很遥远但其实却很近，我们穿的气垫运动鞋、用来热饭的微波炉、随处可见的条形码……最早都来自于载人航天技术的转化，在太空中看似危险的真空、微重力、环境、辐射等实际都是难得的实验条件，因此，很多在地球上做不了的实验都可以拿上去试试没准就有新收获。

航天员们远赴太空，担任着职责与使命，值得我们每一个人敬佩，期盼神州十三号的3名航天员平安归来，也希望同学们好好学习，天天向上，早日投身到建设祖国的伟大事业中来，共同把我们的国家建设得更加繁荣富强！