

# 为什么冬天耗氧量比夏天高，冬天和夏天同样的运动量消耗的卡路里是不是一样？-股识吧

## 一、冬天和夏天同样的运动量消耗的卡路里是不是一样？

夏天是减肥的季节，冬天是增肌的季节，夏天温度高，在室外，毛孔全部张开，坐着不动也要消耗大量热量，跑步的话汗流浹背，消耗更多水分和热量，冬天气温低，毛孔处于收紧状态，跑步的时候，也不会出很多汗，自然消耗的水分和热量也不多。

## 二、为什么冬天比夏天消耗的热量大，但是我们冬天比夏天更容易发胖呢？

气温下降，身体需要更多的能量来维持基本运作；运动所消耗的热量也会比在温暖环境中要多得多，但是冬天摄取的能量更比夏天多。

运动时，肌肉组织对脂肪酸和葡萄糖的利用大大增加，使得多余的糖只能用来供能，而无法转变为脂肪而贮存。

同时随着能量消耗的增多，贮存的脂肪组织被“动员”起来燃烧供能，体内的脂肪细胞缩小，因此减少了脂肪的形成和蓄积。

由此可达到减肥的目的。

减肥运动须强调科学性、合理性和个体化，要根据自身特点掌握适当的运动量与度。

扩展资料以瘦肉和植物蛋白作为蛋白源。

减肥膳食中应有充足的优质蛋白质，除了补充必要的营养物质，还需要补充必要的维生素、矿物质及充足的水分。

还要改变饮食习惯，在吃东西时需要细嚼慢咽，这样可以减慢营养物质吸收，控制能量摄入。

饮食控制目标是每月体重下降控制在0.5~1公斤左右，6个月体重下降7-8%。

肥胖患者最好在专门的营养师指导下制定严格的饮食计划。

参考资料来源：百科-减肥

### 三、为什么温度越高变温动物耗氧量越大

楼主，是在一定的温度范围内，温度越高，体内各种酶的活性会提高，酶的活性提高，反应速度快，各种生化反应加快，包括呼吸，所以耗氧量大。

这就是为什么冬眠的动物在低温下，活动能力很差的原因，低温，酶活性低，反应速度慢，呼吸也慢，产生的ATP少，所以能量跟不上，动物此时反应迟钝。

### 四、冬季比夏季环境污染多的原因

### 五、为什么冬季亚硝酸盐氧化速率会比夏季的高

随着养殖水平的不断提高，高密度水产养殖业迅速发展，对池塘的投入也在不断地增加，工业废水和生活污水的大量排放，养殖生态环境遭到严重破坏，养殖病害频繁发生。

亚硝态氮含量过高是主要危害之一。

当养殖水体中亚硝酸盐量过高时，可以采取以下几种消除措施：

#### 1、使用微生态制剂。

当前使用的微生态制剂主要有光合细菌、芽孢杆菌、乳酸菌、放线菌等几类，它们的作用机理是修复水体微生态环境，改良水质和底质，间接增加水体溶氧，保证硝化，反硝化的正常循环。

其中，光合细菌在水产养殖中的应用最为广泛。

它是在厌氧条件下进行不放氧光合作用的细菌的总称，是一类没有形成芽孢能力的革兰氏阴性菌。

在自然界淡、海水中通常每毫升含有近百个PSB菌，光合细菌的菌体以有机酸、氨基酸、氨和醣类等有机物和硫化氢作为供氧体，通过光合磷酸化获得能量，在水中光照条件下可直接利用降解有机质和硫化氢并使自身得以增殖，同时净化了水体。

此外，由于光合细菌在代谢过程中可产生和释放具有消炎作用的抗病因子，对水产动物的烂鳃病、肠道疾病、水霉病等均有防治作用，其在水产养殖中具有广阔的推广应用前景。

#### 2、使用化学氧化剂。

亚硝酸根离子中的氮为中间价态，具有被氧化的特性。

当介质中的NO<sub>2</sub><sup>-</sup>遇氧化剂时则会改变氮的价态，发生氧化，最终NO<sub>2</sub><sup>-</sup>离子会转变为毒性较小甚至无毒的物质。

如三氯异氰尿酸、二氯异氰尿酸、溴氯海因、二氧化氯等几种强氧化消毒剂。但这些强氧化消毒剂在常规使用浓度下对亚硝酸盐降解率低(低浓度下降解亚硝酸盐效果不明显，高浓度下会造成药害)，此外氧化法降解亚硝酸盐还存在容易反弹的弱点。

### 3、使用肥水剂。

亚硝酸盐富含氮肥，是藻类生长繁殖的基本营养。

因此，加快水体藻类生长繁殖速度，能有效降低亚硝酸盐的浓度。

生产上做法是使用单细胞植物生长调节剂(复硝酚钠、生化黄腐酸、氨基酸等)、光合作用催化剂、微量元素、硅肥等来实现的。

值得注意的是当水体亚硝酸盐偏高，说明氮肥是比较充足的，不要再使用氮肥，以免加重水体氮循环负担，可以施加磷肥，达到“以磷促氮”的目的。

## 六、为什么冬天的大气压比夏天高 晴天的大气压比阴天的高？

通常情况下，地面不断地向大气中进行长波有效辐射，同时大气也在不断地向地面进行逆辐射。

晴天，地面的热量可以较为通畅地通过有效辐射和对流气层的向上辐散运动向外输运。

阴天时，云层减少了对流层大气向外的辐散运动。

云层这种保存地表和对液层热量的作用称为“温室效应”。

这样，阴天地区的大气膨胀就比较厉害，从而导致阴天地区的大气横向向外扩散，使空气的密度减小，同时阴天地区大气的湿度比较大，也使大气的密度减小。

因这两个因素的影响，从而导致阴天的大气压比晴天的大气压低。

同一地区，在一年之中的不同时间其大气压的值也有所不同。

这叫大气压的年变化。

大气压的年变化，具体又分为三种类型，即大陆型、海洋型和高山型。

其中海洋型大气压的年变化刚好与大陆型的相反。

通常所说的“冬天的大气压比夏天高”，指的就是大陆型大气压的年变化规律。

下面对此略做分析(另外两种情况不做讨论)。

由于大气处于地球周围一个开放没有具体疆界的空间之内，这就使它与密闭容器中的气体有着很多区别。

夏天，大陆中的气温比海洋上高，大气的湿度也比较大(相对冬天而言)，这样大陆上的空气不断向海洋上扩散，导致其压强减小。

到了冬天，大陆上气温比海洋上低，大陆上的空气湿度也较夏天小，这样海洋上的空气就向大陆上扩散，使大陆上的气压升高。

这就是大陆上冬天的大气压比夏天高的原因(大气温度也是影响大气压的一个因素

，但在这里决定大气压变化的因素不是气温，而是大气的流动及大气的密度)。麻烦采纳，谢谢！

## 七、冬季比夏季环境污染多的原因

冬季比夏季环境污染多主要是天气寒冷的地方而已，南方不见得冬季比夏季污染多！就北方（或寒冷地方），这些地方冬天普遍需要烧煤取得大量热能，这样大量释放的二氧化碳和硫化物等有毒气体和粉尘污染环境，加上天气干燥，雨水又少，土壤变干，沙尘化，随北风扬尘而起，北方就有沙尘暴天气，简直令人呼吸困难。北方寒冷天气，至是大部份树木落叶，树木进行光合作用产生的氧气就少了很多。幸好因为考北风流动到南方进行气体交换，才得也平衡。南方则不一样，天气不很冷，冬天的早晨空气更加清新，往往因为冬天灰尘被露水带到地上，早晨的空气感觉很清新，南方树木四季常绿，树木仍然发挥它的作用！

## 八、为什么说冬季热量消耗比夏季大

因为冬季外界气温低，机体要需要以较快的新陈代谢速度产生较多的热量维持机体的提问恒定。

人是恒温生物，必须维持稳定的体温机体才能正常地进行新陈代谢。

## 参考文档

[下载：为什么冬天耗氧量比夏天高.pdf](#)

[《股票理财资金追回需要多久》](#)

[《社保基金打新股票多久上市》](#)

[《社保基金打新股票多久上市》](#)

[《认缴股票股金存多久》](#)

[《股票开户许可证要多久》](#)

[下载：为什么冬天耗氧量比夏天高.doc](#)

[更多关于《为什么冬天耗氧量比夏天高》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/author/61737276.html>