

# 我讀報紙知天下

~發現令人感動的、佩服的、可學習的、或警惕的新聞報導~

分享人	( 8 )年( 11 )班(✓)號姓名：李竹穎
新聞報導標題	The Powerful Benefits of PAIN
資料來源	報紙名稱：好讀報 第 649 期，第 18 頁；報紙日期：110年12月27日



請根據剪報，回答下列5W1H的問題，發揮一下分析力。

(Who) 剪報中的主角是 每個人	(When) 剪報中主要內容發生的時間是 感到疼痛時	(Where) 剪報中的主要發生的地方是 不一定
(What) 剪報中的主角發生的事情是 疼痛	(Why) 發生這件事的原因是 撞到，燙到，咬到辣椒	
(How) 這件事情發生的過程是(開始→經過→結果) 對疼痛的反應 → 說明疼痛的好處 → 說明人為什麼能感到疼痛		

♥這篇報導讓我感動、佩服或警惕的地方是：

(呈現內容可以多元方式，如寫一首新詩、畫四格漫畫或是單純書寫心得，為你的創作帶來更精采的风格！)  
我覺得這篇文章又讓我多了一個知識。我一直認為疼痛是件壞事，因為他讓我們感到不舒服，不舒服不就是不好的嗎！可是這篇文章卻說這是好的，因為他在提醒我們要馬上去做舒緩痛部位的地方，還有告訴我們下次要當心，不過不管怎樣都要儘量避免讓自己受傷。



# 我讀報紙知天下

Pain is an uncomfortable feeling we experience whenever we get hurt. It could happen after we **bang**<sup>2</sup> our knee against a table or bite into a **spicy hot pepper**. Although no one enjoys pain, it **acts as**<sup>3</sup> a sixth sense that keeps us safe from danger.

In fact, pain is helpful because it forces us to quickly react to what's happening in the moment. For example, we might experience a sudden pain if we **grab**<sup>4</sup> a hot pan on the stove. The pain is a sign that we need relief **immediately**<sup>5</sup>. So, we will **instantly**<sup>5</sup> move our hand away or drop the pan without even thinking about it. In this way, pain can prevent injuries or keep them from becoming much worse.

Our bodies are naturally designed to deliver pain **signals**<sup>6</sup>. We have a special network of **nerve fibers** under our skin. These fibers send our brain signals whenever something that **causes** us **harm**<sup>7</sup> happens. First, A-delta fibers deliver an "**ouch**" as soon as we're hurt. Later, another type of nerve fiber, called C-fibers, sends a **follow-up** signal to remind us that we are still in pain. One example of this is the **throbbing pain** we might feel after getting our fingers **jammed**<sup>8</sup> in a door.

疼痛是我們在受傷時感受到的一種不舒服的感覺。它會在我們的膝蓋撞到桌子或是咬到辛辣的辣椒之後發生。雖然沒有人喜歡疼痛，它卻可以當作保護我們遠離危險的第六感。

事實上，疼痛對我們是有幫助的，因為它會迫使我們對當下發生的事快速進行反應。舉例來說，如果我們摸到烤爐上的熱鍋，我們可能會感到急遽的疼痛。這個疼痛是我們需要立即舒緩疼痛的一個徵兆。所以，我們不假思索地馬上把我們的手移開或是扔掉鍋子。這樣一來，疼痛可以防止傷害或是傷口惡化。

我們的身體天生內建能夠傳達疼痛的訊號。我們的皮膚底下有個特別的神經纖維系統。這些纖維會在每次有東西造成我們傷害時傳送訊息到我們的大腦。首先，我們一受傷時，A-delta神經纖維就會傳送一個「好痛」的訊號。接著，另一種名叫C纖維的神經纖維就會傳送後續的訊號以提醒我們疼痛還持續發生。其中一個例子就是在我們手指被門夾到後感受到的抽痛。