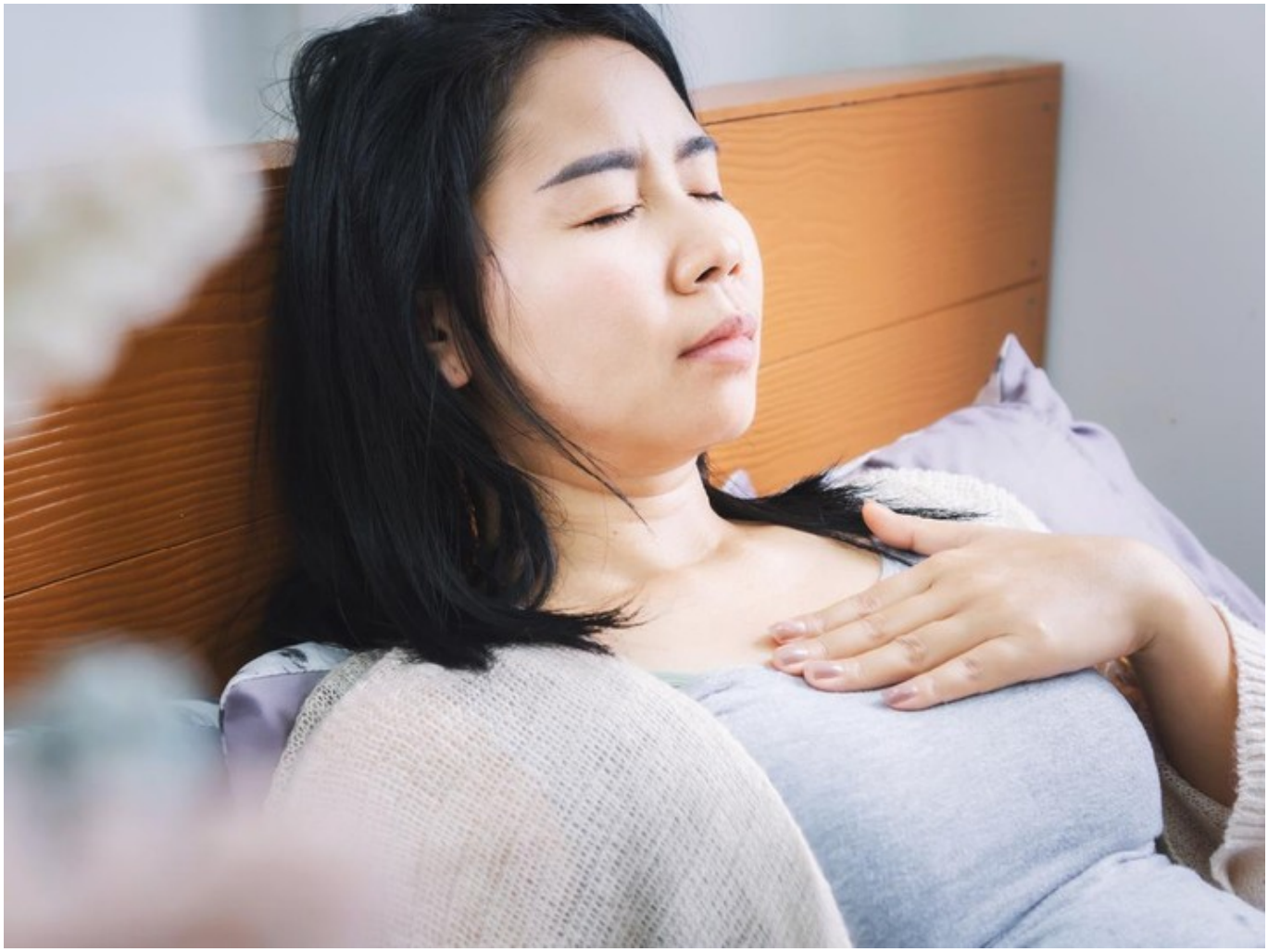
Prolite – Pernah nggak sih kamu merasa tiba-tiba berkeringat deras ketika sedang sakit? Apalagi kalau demam, rasanya badan jadi lengket, panas dingin, dan nggak nyaman banget.

Nah, ternyata ada alasan ilmiah di balik fenomena ini! Keringat saat sakit bukan cuma tanda kalau kita sedang nggak enak badan, tapi juga bagian penting dari cara tubuh kita melawan infeksi.

Yuk, kita kupas lebih dalam tentang kenapa tubuh kita lebih mudah berkeringat saat sakit!

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Kenapa Tubuh Berkeringat Lebih Banyak Saat Sakit? Yuk, Intip Alasannya!



Berkeringat adalah respons alami tubuh untuk menjaga suhu tubuh tetap stabil. Ketika suhu tubuh naik karena infeksi atau peradangan, kelenjar keringat kita akan bekerja lebih aktif untuk mengeluarkan cairan dari tubuh.

Inilah yang biasa disebut dengan sweating response atau respons berkeringat. Saat sakit, terutama ketika demam, tubuh akan bekerja lebih keras untuk mengatur suhu supaya tetap dalam batas yang aman.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan

Sekadar Menghafal

Baca Selanjutnya
Dark Chocolate vs Milk Chocolate : Mana yang Lebih Sehat ?