

050 海洋動物是怎麼睡覺的？

海洋動物的睡覺方式各有千秋，有些睜着眼睛睡覺，有些在海底睡覺。

無論人類還是動物，都需要睡覺。如果因為外界的干擾而長時間得不到良好的睡眠，我們和動物都會身心俱疲，甚至導致死亡。人一般會躺着睡覺，而動物們的睡姿卻千奇百怪——沼澤邊的鷺、鶴、鵝等涉禽類動物可以單腳獨立，狼、狗、豺等犬科動物需要耳貼地面，蝙蝠能夠倒掛身體，蜘蛛、猴子等只要把尾巴鉤住樹枝就可以了……那麼，海洋裏的動物又是怎麼睡覺的呢？

雖然海洋中的動物睡姿也是各種各樣，但因為面臨着呼吸和天敵的雙重壓力，絕大多數海洋動物的睡眠時間很短，也就難以被人類發現。

魚類因為沒有眼瞼，永遠不能合眼，所以牠們都是睜着眼睛睡覺的。為了保持呼吸，鰓蓋依然會緩慢而有節奏地搦動，偶爾也划動一下胸鰭或尾鰭，使身體保持平衡。魚類睡覺好比人類打個盹兒，有的僅幾分鐘，有的甚至只有幾秒鐘，這主要是因為牠們必須時刻保持警惕，否則就會落入偷襲者的口中。

海豚似乎整天一刻不停地在水中游動，看不出有睡眠時間。其實，牠們的作息時間和我們相仿。在夜裏，海豚會潛入水下 30 米的地方，安安靜靜地進入夢鄉，然而牠的尾巴仍然會每隔 30 秒左右擺動一下。可是海豚屬於哺乳動物，牠睡覺的時候怎麼呼吸呢？原來，海豚的肺活量極大，而且血液也可以儲存氧氣，所以牠一次呼吸後，可以在幾十分鐘內不再浮出水面，這段時間，足夠牠美美地做夢了。當然，海豚在睡覺時也會保持警覺。科學家發現，牠們大腦的兩個半球是交替睡眠的：當一邊熟睡時，另一邊處於清醒狀態。過了一段時間，兩者再交換一下，如果受到外界的劇烈刺激，兩個半球就會同時清醒，保證牠們可以快速對外界的變化做出反應。

海豚睡覺時也非常警覺



魚類一次睡覺的時間
幾分鐘，甚至幾秒鐘

