

---

## 做到翻白眼晕过去真的存在吗,科学解析其成因与真实案例

“做到翻白眼晕过去”在现实中并非神话，但常常被误解。医学上晕厥多由脑部短暂缺血引起，表现可能包括眼球上翻或翻白眼。常见机制有迷走神经过度兴奋导致心跳减慢、血压骤降（血管性或神经介导性晕厥）、颈动脉窦过度反应，以及缺氧性晕厥（如窒息或憋气导致）。有时癫痫发作也会伴随眼球上翻，但其机理与晕厥不同，后者以瞬时意识丧失且可自愈为特征，而癫痫常有抽搐或发作后混乱期。真实案例中，青少年参与“窒息游戏”或扼颈挑战导致严重脑损伤乃至死亡的报道并不鲜见；老年人因转头刺激颈动脉引发晕厥导致跌倒致伤的病例也有记录。这些事件提醒我们：刻意追求晕厥极其危险，可能造成缺血性损伤、颅脑出血或死亡。若频繁出现晕厥、视物模糊或心悸，应及时就医，做心电图、血压监测或头部检查，查明病因并避免高风险行为。翻白眼并非魔术，而是生理异常的外在表现，不可轻视也不可模仿。