

FANTASTICKÍ NAFÚKNUTÍ PRODĚRATIA

UVÁDZAJÍ



VEĽKÁ KNIHA V V V ŠUŠŇOV

ILUSTROVANÝ SPRIEVODCA
VEDOU, DEJINAMI
A UMENÍM ŠUŠŇOV



M. D. WHALEN
ILUSTRÁCIE FLORENTINO GOPEZ

FRAGMENT



Veľká kniha šušňov

Vyšlo aj v tlačovej podobe

Objednať môžete na
www.albatrosmedia.sk

FRAGMENT

M. D. Whalen

Veľká kniha šušňov – e-kniha

Copyright © Albatros Media a. s., 2026

Všetky práva vyhradené.
Žiadna časť tejto publikácie nesmie byť rozširovaná
bez písomného súhlasu majiteľov práv.

ALBATROS  MEDIA



ÚVOD	5
I. • ŠUŠNE A VEDA	7
Čo je šušeň?	9
Šušne a psychológia	11
Zloženie šušňov	13
Na čo slúži hlien?	15
Prehľad farieb šušňov	17
Povolená rýchlosť kýchnutia	19
II. • ŠUŠNE A JEDLO	21
Soplíkový kokteil	23
Šušeň ako zdravá výživa	25
Výživová hodnota šušňov	27
Je šušeň vegánsky?	29
Najsopľavejšie dobroty	31
Polievka z vtáčích slín	33
Soplíkový dezert	35
III. • ŠUŠNE A ZDRAVIE	37
Sople namiesto mozgu	39
Licencia na sople	41
Nemocničné šušne	43
Soplíková zubná pasta	45
Chrchľanie pre zdravie	47
Veľký nosovrt	49
Smrť spôsobená soplom	51
IV. • ZVIERACIE ŠUŠNE	53
Dinosaurie šušne	55
Opičie šušne	57
Žirafie šušne	59
Psie šušne	61
Veľrybie šušne	63
Slizká krása slimákov	65
Morskí soplíkoví strelci	67
Romantický slimačí sliz	69
Liečivý žabí sliz	71
Zvieratá, ktoré najviac kýchajú	73

V. • UMENIE ŠPÁRANIA SA V NOSE	75
Soplíková etiketa	77
Sopľové štatistiky	79
Špáranie sa v nose na verejnosti	81
VI. • HISTORICKÉ SOPLÍKY	83
Hnusná hrobka	85
Napoleon Sopľaparte	87
Prezidenti, ktorí sa špárali v nose	89
Kráľovské dutiny	91
VII. • SOPLÍKOVÁ TECHNÓLOGIA	93
Umelé soplíky	95
Soplíkové plavky	97
Robo-soplíky	99
VIII. • SOPLÍKOVÝ SVET	101
Deň špárania sa v nose	103
Počasie v nose	105
Smrkanie v Európe	107
Smrkanie v Ázii	109
Zájazdy za špáraním sa v nose	111
IX. • SOPLÍKOVÁ ZÁBAVA	113
Vedci a soplíkové vtipy	115
Celebrítne soplíky	117
Pesnička o špáraní sa v nose	119
X. • STOP ŠPÁRANIU SA V NOSE	121
Je to fakt hnusné	123
Ako prestať	125
XI. • SOPLÍKOVÉ VTIPY	127
Vtipy o soplíkoch	129
Soplíková poézia	133
Citáty o soplíkoch	135
ZDROJE	137

ÚVOD

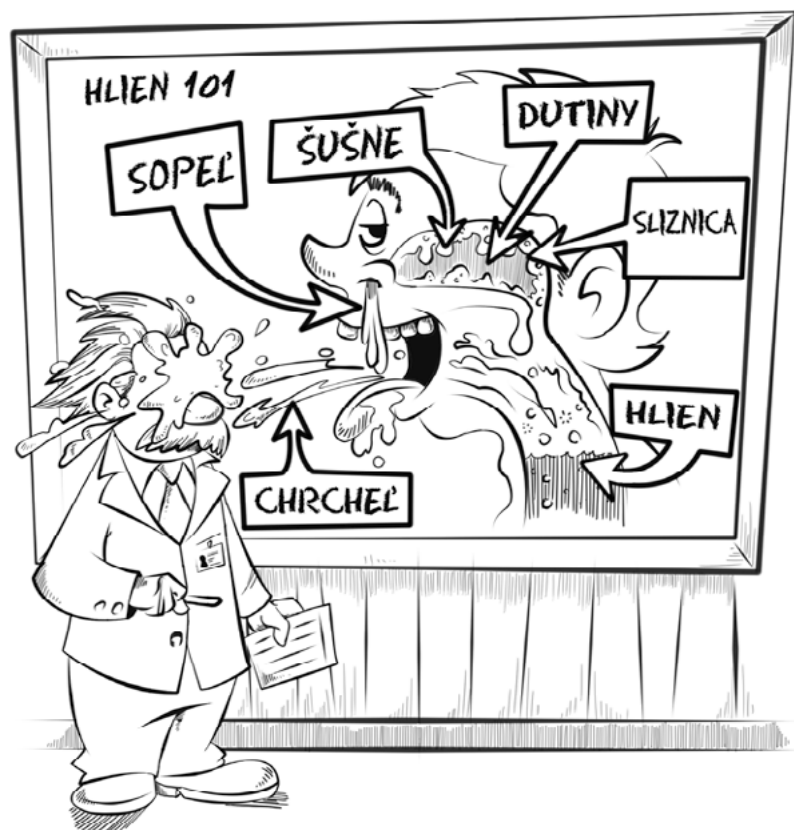
KOLKO TOHO VIEŠ o šušňoch?

Áno, sú odporné a dospelí ti stále hovoria, že ich nemáš jesť. Hlien vo všetkých svojich podobách je však pre naše telo dôležitý a je to celkom fascinujúca záležitosť. Vedel/a si, že je bezpečné jesť šušne? Alebo že nie sme jediné tvory, ktoré si radi špárajú v nose? Aj roboty majú sople. Veľa slávnych ľudí si ich vyberá a konzumuje. Šušne sú skvelé, môžu byť zubnou pastou, ale aj ochranou pred žralokmi!

Vieš koľko hlienu prehltneš každý deň bez toho, aby si si to vôbec uvedomil/a? Ktorým prstom si ľudia najradšej špárajú v nose? Prečo si niekto natiera tvár slimačím slizom? Kto vymyslel umeľý sopel... a prečo? Ponor prstíky do strán tejto knižky a nazri do lepkavého a zábavného sveta šušňov, sopľov, chrchl'ov a hlienu.

I. ČASŤ

ŠUŠNE
A VEDA



Čo je šušeň?

NAJPRV SI UJASNIME nechutné slovíčka.

Hlien: Vedecký názov pre slizkú látku v našom tele s rôznou štruktúrou – od vodnatej až po tvrdé kúsky a všetko medzi tým.

Sliznica: Tá časť tela, ktorá tvorí hlien. Hlien je lepkavý *sliz*, kým *sliznica* je žľaza, ktorá ho vyrába. Prečo sú si tie slová také podobné? Pretože slovenčina je už raz taká! Pozri sa na to z tej lepšej stránky – v slovníku máme hneď dve nechutné slová namiesto jedného.

Spútum: Hustý, lepkavý hlien, čo sa pri chorobe hromadí v hrdle a pľúcach.

Chrchel': To, čím sa stane hlien, keď ho vykašleš ľuďom do tváre.

Výtok z nosa: Vedci takto slušne nazývajú hlien, ktorý je už dosť hustý na to, aby ste ho mohli vybrať prstom. Bežní ľudia to volajú...

Sopel': Toto slovo existuje už veľmi veľa rokov, tak zostaňte verní tradícii a pokojne ho používajte.

Šušeň: Je tuhší a hustejší než obyčajný sopel', je to taký nosový šuter.

A teraz konečne slovo, ktoré by sme chceli počuť častejšie...

Bezvreckovkový vysmrkanec: Vysmrkanie nosa bez vreckovky. Je to staré slovo používané najmä v Škótsku. Počíta sa ako *bezvreckovkový vysmrkanec* aj vyfúkание nosa do oblečenia?



Šušne a psychológia

Špáraš si v nose každý deň? Potom možno patríš medzi rinotilexomaniakov!

Rinotilexia je vedecký názov pre vrávanie sa v nose. Pochádza zo starogréckeho slova *rhinos*, čo znamená nos, a *till*, čo znamená kypriť zem lopatou alebo motykou smerom k *exis* – teda von. Spolu je to teda *rhino-till-exis*, teda niečo ako: nos-lopata-von, čiže vyhrabávanie nosa. Človek, ktorý si stále špára v nose, je teda noso-špárací maniak, odborne nazývaný aj **rinotilexomaniak**. To si presne ty.

A ak po vybratí šušňa – pardon, po jeho „tillexizovaní“ – nasleduje aj jeho zjedenie, hovorí sa tomu **mukofágia**, zo slova *mucus* (hlen) a starogréckeho slova *phagy* (jesť). Nemohli to však nazvať *hlienojedenie*. Psychológovia sa však nezastavili. Každý z nás má toho jedného podivného uja, ktorý si pred tebou vytrháva chlpy z nosa. Tento zlozvyk sa volá **rinotrichotilománia**. *Tricho* znamená vlas, takže: nos-chlpy-vytrhávanie-šialenstvo. Našťastie neexistuje slovo pre jedenie chlpov z nosa. Lebo *to* by bolo už fakt odporné!



Zloženie šušňov

TO, ČO MÁME V NOSE, je z viac ako deväťdesiatich percent voda a trochu soli. Okrem toho šušne obsahujú:

3 % mucínov

0,5 % proteoglykánov

0,5 % lipidov

1 % imunoglobulínov, lyzozýmov a albumínu

Mucíny sú látky, ktoré robia hlien hustým, lepkavým, a robia z tvojich nosných dierok ľudskú mucholapku, len s tým rozdielom, že namiesto múch chytajú baktérie.

Proteoglykány sú mimoriadne lepkavé molekuly cukru. Možno práve oni sú tou tajnou ingredienciou, ktorá dodáva soplú jeho špecifickú chuť.

Lipidy sú tuky, ktoré sa nachádzajú v každej bunke tela. Áno, aj tvoje bunky sú tučné.

Imunoglobulíny možno znejú hrôzostrašne, ale oveľa desivejšie sú pre mikróby, ktoré likvidujú v hliene.

Lyzozýmy sú enzýmy, ktoré zabíjajú baktérie. Nachádzajú sa aj v slzách, aby chránili tvoje oči.

Albumín je zahusťovadlo – rovnaké ako vo vajecnom bielku. Takže ak ti znie kombinácia mucholapky, tuku, globulínov, slz a surových vajec chutne, potom môže byť šušňa pre teba tou pravou pochúťkou.

