

动物花式睡姿

海南日报记者 曾毓慧

每年的3月21日是世界睡眠日。据说，人的一生中，有三分之一的时间在睡眠中度过。拥有良好的睡眠，对每个人都很重要。

与人类相比，许多动物的睡眠方式十分奇特。它们有的可以站着睡、倒挂睡、睁眼睡，有的一天只需打盹一小会儿就能休息好，有的一天睡眠时间超过20个小时。近日，海南日报记者探访海南热带野生动植物园等地，为您解密动物的各式睡姿。



海南热带雨林国家公园霸王岭片区，一只海南长臂猿仰卧在树上。
海南日报记者 李天平 摄

挂在树上的树懒。资料图



蜷缩睡

为了保护自己重要的身体部位，同时避免热量流失，也有不少动物选择缩成一团睡。在广袤的海南热带雨林里，全身长满鳞片的穿山甲尤其擅长捕食白蚁，睡觉时，它们会把身体蜷缩成盘状，然后将头部和四肢置于胸腹前。这样能最大程度用坚硬的鳞片作“挡箭牌”，形成防御屏障，尽量不让自己的头部和柔软的腹部遭到攻击。

让许多人感到不寒而栗的蛇，尤其是蟒蛇等大型蛇类，睡觉时会习惯性地身体卷成同心圆状，头部放在圆圈中间处，这种姿势，可以让蛇的肌肉得到放松，也有利于保护头部。常年行走在热带雨林中的护林员有时会遇到，两三条甚至更多蛇交错缠绕在一起睡觉。“蛇属于冷血动物，这样的睡姿能有效减少热量散失。”海南热带雨林国家公园管理局鹦哥岭分局一名护林员介绍。

呆萌睡

靠着睡、侧身睡、躺着睡，“国宝”大熊猫的睡姿花样不少。海南热带野生动植物园生活着两只大熊猫：贡贡和舜舜，它们是同父异母的兄弟。曾凡凯介绍，大多数时候，这两兄弟选择倚靠在树干等物体上睡觉。睡前，它们还会给自己挠脚心、挠大腿、挠后背。有时，它们也会侧卧睡觉，将前肢放于胸前。更有趣的是，它们也会四肢伸直仰卧睡觉，姿态颇为呆萌。

环尾狐猴面似狐狸，成年个体的尾巴足足有半米长，上面分布着10多个黑白相间的环。看得出来，环尾狐猴把长尾巴当成了宝，在“打坐”睡觉时不忘把它抱在胸前，或放在脑后当靠枕。

海南热带雨林的旗舰物种海南长臂猿，从不下树，也不筑巢，每天下午四五点钟，它们会寻找一棵有独立树冠或缠绕着粗藤的大树，睡上一觉。海南热带雨林国家公园管理局霸王岭分局海南长臂猿监测队队员李文永介绍，海南长臂猿通常会分散地蜷曲在枝杈处睡觉，有时也会躺在树枝上睡，可能是担心坠落，睡觉时它们会将前肢搭在树枝上。据估测，海南长臂猿每天睡眠时间15个小时左右，似乎比人类能睡。☑

倒挂睡

要说高难度睡姿，喜好成群栖居在洞穴里的蝙蝠的“倒挂式”可谓首屈一指。作为一种能飞的哺乳动物，蝙蝠睡觉时通常倒挂在洞穴顶部的岩石或临近的树枝上。

蝙蝠后腿很小，因而只能依靠前肢爬行，如果在平地上睡着了，一旦遇到危险无法像鸟儿一样迅速跳走或飞走。蝙蝠血管里长有瓣膜，这种组织能保证它的血液不会倒流，即使长时间倒挂睡觉也不会“脑充血”。更为重要的是，这种睡姿能让蝙蝠从半空中快速起飞，及时对周边情况作出反应。

作为一种树栖动物，树懒行动迟缓，显得十分笨拙懒散，但它们也是“倒挂式”睡眠高手。原来，树懒虽有脚却不能正常行走，不过，它们的脚爪呈钩状，可以牢牢地抱住树枝，即便树木晃动得厉害，它们也不会轻易掉下来。由于地面上天敌不少，树懒又没有利器防身，它们经常倒挂在树枝上睡觉，而且睡着后不怎么挪动身体。



在树杈处睡觉的考拉。资料图



在枝条上睡觉的丽棘蜥。
海南日报记者 李天平 摄

睁眼睡

鳄鱼生性凶残，它们在陆地上睡觉时经常睁一只眼、闭一只眼。这不是装睡，而是因为鳄鱼具有单侧脑半球睡眠功能，可以睡觉时保持一半大脑休眠、一半大脑清醒。

在海南热带野生动植物园，湾鳄们会在睡觉时张大嘴巴，露出一排排令人望而生畏的利齿。曾凡凯解释说，鳄鱼张开嘴巴，一方面是为了散热，另一方面是为了吸引小鸟来吃掉它们进食后残留在牙缝间的肉丁，以达到“刷牙”的目的。有意思的是，鳄鱼还会在睡觉时流泪，其实，这是它们在用眼眶周围的排泄腺将体内多余的盐分排出。此外，鳄鱼还能将四肢悬浮在水中睡觉，像木头一样一动不动，但它们会把鼻孔露出水面进行呼吸。

睡觉时“睁一只眼、闭一只眼”的还有猫头鹰。作为夜行类猛禽，猫头鹰大多在白天睡觉，它们将头部埋在翅膀下，眼睛保持“半睁半闭”的状态，脑部左右两侧轮流休息，以时刻关注周边环境的变化。

与鳄鱼、猫头鹰不同，许多蛇睡觉时一直“睁着眼”。其实，这是因为蛇没有可以活动的眼睑，这导致它们无法正常闭眼。

站着睡

在澄迈富力红树湾湿地公园及位于海口的海南热带野生动植物园，可以看到成群踱步戏水的火烈鸟。火烈鸟长着一双细细长长的腿，习惯以单腿站立的姿势睡觉。它们入睡时，把一条腿缩起来，再将长长的脖子扭向背部，头靠在羽毛上，相当于枕着一个羽绒枕。不过它们这样睡觉可不是为了表演杂技，海南热带野生动植物园高级研学导师曾凡凯认为，火烈鸟单腿站立睡觉，有利于缓解肌肉疲劳，两条腿轮流“值班”，可以让腿部得到休息。单腿站立睡觉的鸟类还有白鹭、丹顶鹤等，它们大多是“大长腿”。

作为陆地上最高的动物，成年长颈鹿身高可达五六米，而它们的头部距心脏的距离有2.5米至3米远，这导致它们属于典型的“高血压”动物。“因身体构造的特殊性，睡觉时长颈鹿的头部不能低于心脏的位置，不然就会不舒服。”曾凡凯介绍，在野外环境中，长颈鹿睡觉时会把长脖子靠在大树的枝杈处，站着睡觉，因为倒卧更容易遭到天敌攻击。不过，在动物园等安全环境中，长颈鹿有时也会倒卧睡觉，它们把腿盘曲在肚子下，然后将一条后腿伸出来，再将长脖子绕向身体后侧靠在后腿上。这种睡姿可确保长颈鹿睡觉时头部高于心脏的位置。

在非洲的稀树草原上，生存竞争十分残酷，除了长颈鹿，斑马、大象等动物，也会蹬直四条腿睡觉。大象睡觉时，还会把长鼻子卷起来，以免蚊虫或其他小动物钻进鼻腔。

海南热带野生动植物园的大熊猫“贡贡”在睡觉。新华社发

