



2月凭啥只有28天？真相其实很“荒诞”！

2026年2月28日，农历丙午年正月十二，二月的最后一天。翻开这页日历，迎来春暖花开的三月。作为全年唯一一个天数少于30天的月份，平年28天、闰年也才29天的二月，总让人觉得仿佛被“克扣”了天数。

一年12个月，为啥偏偏只有二月这么特殊？



罗马广场上的凯撒大帝雕像

平年28天闰年29天，到底是啥道理？

要解释二月为什么这么短，要从它的年、月、日的形成说起。我们现在通用的公历（格里高利历），核心是跟着地球绕太阳的公转节奏走的。天文学家测算发现，地球绕太阳跑完一整圈（也就是一个回归年），大约是365天5小时48分46秒，约等于365.2422天。

但日常生活里，我们不可能用带零头的天数过日子，所以公历就把平年的天数定为了365天，每年少算的约0.2422天，就一点点攒起来。为了弥补这个误差，人们决定每四年增加一天，即闰年，这一年有366天。而这多出来的1天，就被固定加在了二月份里，平年二月28天，闰年二月就有29天。比如说2020年、2024年就是闰年，这些年份的二月就有29天，而像2025年、2026年这样的平年，二月就只有28天。说到这儿很多人就会问了：一年12个月，为啥偏偏要把这多出来的一天加在二月？又为啥二月原本就比别的月份短呢？这就要从两千多年前的古罗马说起了。

两千多年前，二月就被“盯上”了

我们现在用的公历，其根源可以追溯到古罗马历法。而二月的“短命”，从它诞生之初就埋下了伏笔。最早的古罗马历法，一年居然只有10个月！当时的历法以春耕为岁首，全年304天，剩下的60多天属于“无月”的冬日空白期，根本没有被算进月份里。后来罗马国王努马·庞皮利乌斯为了与农历同步，进行了改革，才在年末新增了1月和2月，把一年扩充到了12个月。那为啥偏偏是二月最短？当时的罗马人认为，奇数是吉利的数字，偶数则代表着不吉利。所以努马在设定月份天数时，把大部分月份都定为了29天或31天的奇数天。可12个月加起来，总得凑够一年的总天数，最后就只剩下二月这个“年末收尾”的月份，被定为了28天的偶数天。就这样，二月从诞生起，就成了全年最短的月份。

两次“开刀”，二月天数彻底定了型

如果说努马的改革，给二月的“短命”定了基调，那后来两位罗马统治者的操作，就让二月的天数彻底定了型。

第一次“开刀”，来自大名鼎鼎的凯撒大帝。公元前46年，凯撒为了彻底解决旧历法混乱不堪、和季节完全脱节的问题，找来天文学家制定了全新的历法——儒略历。

儒略历定下了我们现在熟悉的大小月雏形：逢单的月份是大月，每月31天；逢双的月份是小月，每月30天，这样一年中大月小月各有6个。按此计算，一年就有366天，比平年需要的365天多了1天。

多出来的这1天要从哪里扣？大家不约而同地又盯上了二月。在古罗马人的习俗里，二月是专门举行净化祭祀、集中处决犯人的月

份，被大家认为是“不吉利的凶月”，恨不得它早点过去，自然也没人愿意给它多加天数。

就这样，凯撒从二月里扣掉了1天，平年的二月就变成了29天，只有闰年的时候才会恢复30天。

本以为二月的命运就此尘埃落定，没想到几十年后，它又挨了第二刀。

奥古斯都的“任性调整”

凯撒去世后，他的养子屋大维成了罗马帝国的第一位皇帝，还获得了“奥古斯都”的尊号。这位皇帝发现，凯撒出生的七月（July，就是用凯撒的名字命名的）是31天的大月，而自己出生的八月，却只是30天的小月。

这怎么能体现他的“尊贵”呢？于是，他就任性地把八月也改成了大月，有31天，同时将下半年的其他月份也一并改了。九月和十一月是单数月，儒略历定的是大月，被奥古斯都改为30天的小月；十月和十二月是双数月，儒略历定的是小月，被改为31天的大月。

这一通调整下来，全年又多出来了1天。毫无意外，这多出来的1天，又从“倒霉”的二月身上扣掉了。

从此，平年的二月就固定成了28天，闰年29天，这个规则一直沿用至今。而八月（August），也用奥古斯都的名字永远留了下来，成了我们今天日历上的样子。

还记得我们小时候唱的那首歌谣：一三五七八十腊，三十一天永不差；四六九冬三十整，平年二月二十八，闰年再把一天加。

我们用的公历是怎么来的？

看到这儿有人会问，凯撒的儒略历已经定下了月份天数，那我们现在用的公历，和儒略历是一回事吗？其实并不完全是。按照儒略历的算法，每年平均是365.25天，可真实的回归年是365.2422天，每年差了11分钟左右。别看这11分钟不起眼，经过一千多年的积累，到了16世纪，儒略历已经比真实的日期晚了整整11天。

为了修正这个误差，1582年，罗马教皇格里高利十三世对历法做了两次关键调整：

一是直接把当年的10月5日到14日这10天从日历里抹掉，10月4日过完直接就是10月15日，把跑偏的日期拉了回来。

二是优化了闰年的规则，除了“能被4整除的年份是闰年”，还加了一条：整百年份必须能被400整除，才算是闰年。比如2000年是闰年，而1900年、2100年就不是闰年。这套优化后的历法，就被称为“格里高利历”，也就是我们今天全世界通用的公历。

不过，公历颁布之后，并没有马上被全世界采用，在一些国家，儒略历一直被沿用到了近现代。比如我们熟知俄国的十月革命，发生在公历11月，但被称为“十月革命”，就是因为俄国在1917年还在使用儒略历。我国在辛亥革命之后，才开始使用公历。

门牙上的“神秘豁口”真是嗑瓜子导致的吗？

相信很多家庭一到春节，瓜子都是必不可少的，嗑瓜子也几乎成了每个家庭聚会的必备项目。坐在沙发上，与许久未见的亲朋好友聊天边嗑瓜子，似乎是过年期间的经典场景。

回想一下，你身边有没有人的门牙有一个小缺口？而他嗑瓜子的时候也会下意识把瓜子放到这个缺口下嗑开，如果你问：你门牙的这个豁是嗑瓜子留下的吗？很有可能得到“没错”的答案。

那么，门牙上的这个“豁”真的是嗑瓜子导致的吗？会不会对牙齿造成什么影响呢？



门牙上的“豁”是嗑瓜子导致的吗？

先说答案：其实，这种带“豁”的牙被称为“瓜子牙”。长时间嗑瓜子的确会造成“瓜子牙”，但也不排除其他原因，比如一些外力导致的牙齿破损等。虽然嗑瓜子本身似乎无害，但长期频繁地进行这一行为，确实可能会对牙齿造成损害。瓜子的外壳坚硬，和牙齿接触的面积却很小，因此施加在门牙切缘处的压强巨大，长时间用力咬开瓜子，不仅容易导致牙齿磨损，还可能出现不规则的“凹坑”或裂纹。

特别是在长期不注意保护的情况下，这些损伤会逐渐加重，最终可能导致牙齿的崩裂或缺损。最常见的后果“瓜子牙”，即牙齿上留下明显的凹痕，影响外观和功能。如果注意到自己的牙齿有磨损或凹陷的情况，尤其是门牙，最好及时去牙科诊所检查，如果严重还需进行修补，早期处理能够避免更大的问题。

中国人嗑瓜子的千年传承

中国人嗑瓜子的习惯，古已有之。先秦典籍记载的栝楼籽，是最早被先民采食的瓜子品种，见证了“嗑瓜子”习俗的起源。

考古人员曾在马王堆辛追夫人的胃部和海昏侯刘贺的体内发现有未消化的香瓜子，印证了汉人对瓜果的喜爱，为后世瓜子入年俗埋下伏笔。北魏贾思勰《齐民要术》中“凡种瓜法，先以水净淘瓜子，盐之和之”的记载，虽为种植之法，却折射出古人对瓜子的加工探索。到了宋代，吴越地区《岁时歌》中“正月嗑瓜子，二月放鸽子”的诗句，更直接将嗑瓜子与正月年节绑定，说明这一习俗在宋代已融入岁时仪式；《太平寰宇记》首次将“瓜子”作为幽州特产载入史册，意味着1000多年前的古人，已经把嗑瓜子融入日常生活。

明代以前，西瓜子是瓜子家族的绝对主角，多来自专门种植的“籽瓜”，籽粒饱满、最宜炒制，成为市井与闺阁中常见的年节零嘴。明代明神宗偏爱“鲜西瓜种微加盐焙用之”，将嗑瓜子变成皇家雅趣。晚明新航路开辟带来了来自美洲的南瓜子与葵花籽，开启了瓜子家族的迭代。

瓜子，其实是隐藏的“营养高手”

瓜子格外亲民，花很少的钱就能买到一大包，堪称“性价比之王”。而别看它价格便宜，营养却一点不含糊，甚至能“卷”过不少高价坚果！

脂肪“优等生”：瓜子富含不饱和脂肪酸，对心脑血管健康有益。个别品种的葵花子中，不饱和脂肪酸占比高达90.9%，虽不及巴旦木、核桃，却高于开心果和腰果，在常见坚果中属中上水平。

维生素“大户”：维生素E、B族维生素含量出众。维生素B1助力能量代谢、维护神经系统，维生素B2呵护皮肤和黏膜健康。

微量元素“全家桶”：钙、钾、镁、锌等身体必需的微量元素一个不落。膳食纤维与蛋白质：膳食纤维含量约10%，能促进肠道蠕动；蛋白质含量接近30%。

“瓜子牙”警告：长期用固定位置嗑瓜子，可能导致前牙牙体出现V形凹槽，医学上称为“牙体慢性磨损”。

据河南卫视官微