第一图书网, tushu007.com

<<科学养生>>

图书基本信息

书名：<<科学养生>>

13位ISBN编号：9787109121928

10位ISBN编号：7109121925

出版时间：2008-1

出版时间：中国农业出版社

作者：杜桂书

页数：256

字数：180000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

本书是《建设社会主义新农村书系》之一，共分三部分：自身免疫保健知识、常见病知识、常见化验知识，介绍了高血压、高血脂、冠心病、糖尿病、呼吸道疾病、肠道疾病、艾滋病、妇科病等疾病的家庭保健医学常识。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一部分 自身免疫保健知识 1. 什么是健康？
2. 人体靠什么维持自身的健康？
3. 人体的免疫系统是由什么组成的？
4. 什么是免疫？
5. 什么是抗原性异物？
6. 免疫有哪些功能？
7. 免疫与健康有什么样的关系？
8. 为什么说免疫系统是我们自身最好的医生？
9. 什么是免疫学的抗原？
10. 理解抗原的特异性有什么意义？
11. 为什么自身物质也可以成为免疫系统攻击的抗原？
12. 什么是免疫记忆？
13. 免疫记忆能力是在哪里获得的？
14. 什么是免疫细胞？
15. 抗原异物再次进入机体时为什么机体的免疫反应迅速？
16. 免疫反应有哪些类型？
17. 抗体就是机体的免疫力吗？
18. 非特异性免疫是由什么组成的？
19. 固有免疫的作用有什么特点？
20. 机体的屏障结构在抵抗微生物的感染中具有什么作用？
21. 固有免疫细胞包括哪些细胞？
22. 体内的吞噬细胞具有哪些作用？
23. 机体的吞噬细胞是如何吞噬病原体的？
24. 病原体被吞噬细胞吞噬后能被消灭吗？
25. 体内具有免疫保护作用的杀伤细胞有哪些？
26. 体内具有抗肿瘤作用的细胞有哪些？
27. 人体内具有哪些免疫分子？
28. 什么是抗体？
29. 抗体产生有什么规律？
30. 抗体分子有几种，各有什么特点？
31. 什么是细胞因子？
32. 什么是特异性免疫应答？
33. 什么是细胞免疫？
34. 什么是免疫调节？
35. 免疫缺陷和免疫抑制是怎么回事？
36. 免疫缺陷病患者有哪些特点？
37. 什么是原发性免疫缺陷病？
38. 泡泡男孩佐海布是怎么回事？
39. 什么是获得性免疫缺陷病？
40. 什么是自身免疫病？
41. 什么是过敏反应？
42. 什么是Ⅰ型超敏反应？
……第二部分 常见病知识第三部分 常见化验知识

章节摘录

第一部分 自身免疫保健知识1．什么是健康？
大多数人对于健康的理解，就是指身体的无病状态，只要身体没有疾病就称为健康。
后来人们逐渐发现，很多疾病不单纯是身体本身的因素，而是与社会、心理、情绪等很多因素都有关系。
由于社会、精神因素引起疾病的例子是非常多的。
比如：情绪郁闷可以引起胃部不适，不想吃饭；情绪激动时可以引起血压升高、心脏病发作；严重的精神打击甚至使人精神错乱、头发突然变白、眼睛突然失明等。
这样的例子还有很多，这些现象都说明了人的身体状况是受社会、精神因素影响的。
世界卫生组织对健康的定义是：“ 健康是指生理、精神和社会上的完全良好的状态而不仅仅是不生病。
”这就是人们所指的身心健康，也就是说，一个健康的人不仅指躯体健康，还要有心理健康、社会适应良好和道德健康，才是完全健康的人。
因此，根据世界卫生组织对健康的定义，在预防、诊断和治疗疾病的时候，不仅要考虑到身体的情况，还要考虑到社会、心理、精神、情绪等因素对人体健康的影响。
2．人体靠什么维持自身的健康？
人体靠免疫系统维持自身的健康。
免疫系统是机体的重要组成部分，如果把人的机体比作一个国家，免疫系统就是我们人体这个国家中的军队，是机体抵抗病原体感染、维持自身稳定的防御系统，是保护机体健康的“ 军队 ”和“ 警察 ”。
人体如果没有免疫系统的维护，不但不能拥有健康的身体，甚至不能在自然界中正常生存。

编辑推荐

《科学养生:家庭保健医学常识(卫生保健篇)》由农业出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com