

<<神奇的人体生命节律>>

图书基本信息

书名：<<神奇的人体生命节律>>

13位ISBN编号：9787502372644

10位ISBN编号：7502372644

出版时间：2012-6

出版时间：科学技术文献出版社

作者：王祥国

页数：177

字数：18500

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>

## <<神奇的人体生命节律>>

### 内容概要

您想了解自己的体力、情绪和智力状态的起伏变化规律吗？

您想知道如何提前预防和避免车祸、工伤的发生吗？

您想知道哪一天容易发生人际冲突吗？

您想知道哪一天容易生病，以及病情的变化趋势吗？

您想知道危重病人哪一天容易病情恶化吗？

您想知道自己夫妻关系的基本类型并适时调节控制吗？

您想知道何时怀孕能够出生一个聪明、健康、活泼的小宝宝吗？

您想知道体育竞赛中为何有时状态好，而有时却不在状态吗？

您想知道什么日子学习和工作效率最高、效果最好吗？

您想学会生理状态不佳期的自我调节方法吗？

.....

生命节律与您如影相随，无时不在，无处不在，科学把握生命的节律，提防生命的陷阱！

## <<神奇的人体生命节律>>

### 作者简介

王祥国，男，1945年8月出生，江苏南京人。

1965年分配到唐山轻工业机械厂工作（轻工业部直属企业），高级工程师，历任副处长、处长、计算机中心主任等，中共党员。

长期从事和主持高新技术的科研开发工作，承担过5项国家级、省部级科研任务，均达到国内领先或国际先进水平。

在学术期刊上先后发表论文10余篇，出版专著两部，申报、获准国家发明专利两项。

主持的项目于1988年和1993年两度获部级科技进步二等奖，1994年获联合国TIPS

“发明创新科技之星”奖，1995年获“世界华人重大科学技术成果”奖，2009年获“中国移动杯”暨第四届北京发明创新大赛金奖（经专家评审和200万人次公众网上投票参与）。

其传略被载入《当代科学家与发明家大辞典》、《中国专家学者辞典》、《辉煌六十年--共和国杰出贡献人物》和《世界名人录》等典著；先后被聘为香港新华通讯出版社技术顾问、中国亚太经济发展研究中心行业高级研究员等；获评“中国百名行业风云人物”等光荣称号。

## <<神奇的人体生命节律>>

### 书籍目录

- 第一章 神秘而奇特的生命和弦--什么是生命节律
  - 第一节 从蜜蜂谈起
  - 第二节 狗和猴子的约会
  - 第三节 第纳鸟的叫声
  - 第四节 花朵的开合
  - 第五节 马铃薯开花
  - 第六节 源远流长
  - 第七节 什么是生命节律
- 第二章 揭密生命节律的种类规律, 让我们更亲近自然
  - 第一节 与昼夜节律的美丽邂逅
    - 一、了解24小时交替的黄金定律
    - 二、植物、动物的昼夜节律
    - 三、我们身体的工作时间表
    - 四、人体昼夜数据趣闻
  - 第二节 太阴日节律是个潜行者
  - 第三节 潮汐节律, 听海之韵
  - 第四节 略谈朔望月节律
  - 第五节 年节律
  - 第六节 奇妙的“七节律”
    - 一、礼拜日的来历
    - 二、中国古人运用七节律
    - 三、精神病发病
  - 第七节 解析你的3秒钟节律
  - 第八节 其它节律
- 第三章 让我们更深一层地了解宇宙--整个宇宙充满了节律
  - 第一节 宇宙起源
  - 第二节 时间旅行和失重世界
  - 第三节 天体节律
  - 第四节 史前文化--地球文明周期进化论
  - 第五节 微观世界更有意思
  - 第六节 人类社会的节律性
- 第四章 春来秋去, 世事往复--人体生命三节律
  - 第一节 神乎?  
奇乎?  
怪乎?  
  
第二节 追根溯源
    - 一、生命节律起源
    - 二、奇特的三重奏在国内外的应用
- 第五章 生命节律的基本原理
  - 第一节 生命节律的检测方法
    - 一、生命节律状态值计算方法
    - 二、生命节律曲线图绘制方法
    - 三、生命节律曲线图形解读
  - 第二节 为什么生命节律的起点是出生日、是零点

## <<神奇的人体生命节律>>

- 第三节 早产与晚产
- 第四节 为什么各种事故和疾病易在临界日发生
- 第五节 国内目前应用基础和方法上普遍存在的问题
- 第六节 生命节律应用基础和方法的新探索
- 第六章 对生命节律科学性的科学检验
  - 第一节 一万八千多人次的调查验证结果
  - 第二节 疾病也有韵律--解读生命节律与疾病
  - 第三节 夫妻的烦恼也从这里来--解读生命节律与夫妻关系
  - 第四节 给优生贴上生命节律的标签
  - 第五节 安全事故猛于虎
  - 第六节 为什么质量事故不等于0
  - 第七节 生命节律与其他
  - 第八节 生命节律的应用价值
- 第七章 识读体力曲线~情绪曲线~智力曲线
  - 第一节 生命节律曲线图形的单项识读
    - 一、基本方法
    - 二、考不倒的体力识读
    - 三、识读心情的曲线
    - 四、智力波动的曲线
  - 第二节 情绪、智力、体力这三者的关系怎样
    - 一、体力曲线与情绪曲线的关系
    - 二、体力与智力辨析
    - 三、情绪与智力的联系
    - 四、三曲线相关分析
    - 五、不必“全线防范”
    - 六、双人生命节律曲线图的识读-优生查阅办法
  - 第三节 认识节律识读程序，这将是个有趣的学习过程
    - 一、生命节律曲线图形的识读程序
    - 二、第四章第一节实例的生命节律曲线图形分析
- 第八章 生命节律，世界会因你而改变吗
  - 第一节 生命节律是夫妻关系的风水
    - 一、你们的夫妻关系理想吗--生命节律检测夫妻关系的基本方法
    - 二、夫妻关系的基本类型--情绪节律对夫妻关系的影响
    - 三、体力和智力节律对夫妻关系的影响
    - 四、三节律综合反应
    - 五、夫妻关系好坏是由多种因素决定的
    - 六、生命节律是夫妻关系的“晴雨表”
  - 第二节 准爸准妈们：孕前一定要知道生命节律与优生遗传的关系
    - 一、准备怀孕前先调整人体生命节律
    - 二、早产与晚产
    - 三、并非是绝对的
    - 四、1、2、3月份为怀孕的最佳月份
  - 第三节 关注身体健康，迎接生命的春天--生命节律对疾病的影响
    - 一、基本规律
    - 二、个体差异
    - 三、生命节律在疾病防治上的应用途径
  - 第四节 人之初，规矩始--建立“人际-工作-学习”有节律的生活

## <<神奇的人体生命节律>>

- 一、用生命节律经营你的人脉
- 二、调节工作效率的隐形巨手
- 三、抓住生命节律的“灵感”，提高学习效率
- 第九章 生命节律在生产领域中的运用
- 第十章 生命节律在其他领域中的应用
- 第十一章 其它生命节律的应用
- 第十二章 生命节律的成因和体内时钟的方位
- 第十三章 生命节律不佳期的自我调节
- 第十四章 时间生物学是21世纪最重要的研究学科之一
- 第十五章 对生命节律的几种常见认识
- 第十六章 计算机辅助人体生命节律检测应用系统的开发
- 参考文献
- 后 记

## &lt;&lt;神奇的人体生命节律&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：第二节 太阴日节律是个潜行者 有一种螃蟹叫提琴蟹，它的体色一日几变。

通常，这种蟹白天呈暗黑色，晚上呈浅淡，黎明时颜色又呈暗黑。

这种蟹颜色变黑的时间每天比前一天晚约50分钟，就是说，这种蟹体色变化节律周期为24.8小时。

这正好是太阴日的计时时间。

十分有趣的是，居住在离海50公里以外的雀鲷鹭。

每天飞到海滩觅食的时间也是逐日推迟约50分钟，周期也是24.8，一些植物如马铃薯和胡萝卜也都是依照太阴日周期进行代谢活动。

睡眠约占人类一生的三分之一时间。

人为什么要睡眠，至今尚无明论，但是，人类睡眠与觉醒有明显的周期节律。

正是由于这种节律存在，人体才能不断地得到休整和调节。

科学实验证明，人体睡眠——觉醒节律并不是24小时，而总是推迟约50分钟，正好是太阴日周期。

只是人们生活中往往依赖于钟表，所以对于24小时的周期习以为常罢了。

尽管钟表周期和人体内的周期有些微小差异，这种极其甚微的差异也许不会使人类生活受到影响，或许这种差异能给人类生活带来某种调谐。

进一步说，环境常常是一定的，就像我们的日常生活一样。

24.8小时的人体固有周期说不定就会与24小时的环境周期相同步。

第三节 潮汐节律，听海之韵 一天两次的潮汐节律的幅度随着月亮的位相而变化，目前学术界公认的是丹麦国王克努德二世最早发现的。

其实我国发现的要早很多。

科学证明，潮汐是由于太阳和月球的引力产生的。

许多生物，如单细胞生物眼虫，在涨潮时钻入泥土，落潮后再度出现；蛤蜊、藤壶、牡蛎和砂蚤在涨潮时觅食和繁殖，落潮时躲入壳内或钻入沙滩。

人们把这些动物迁移到离海滨很远，放置在没有昼夜交替和潮汐更迭的海水中，其生活规律仍然保持不变。

不仅如此，人们还发现，地下水，水井里的水位，油田里的油位，天然气的压力也与潮汐节律合拍。我们人体的主要成分是水，是由血液、淋巴液和其它液体所组成，因此，有人认为，人体也受制于月亮的引力，而具有潮汐节律性。

第四节 略谈朔望月节律 许多海洋动物的活动周期与月亮的圆缺，即位相互相对应。

沙蚕于每年10月或11月下弦月至残月之间进行繁殖；飞螻蛄在望日前后集群特定海域，以利后代产生和存活；夏季月圆时，大西洋萤火虫大量聚集百慕大群岛附近。

鱼类回游和繁殖也常依月相周期进行；白鱼在望日后形成鱼汛；下弦月时，鳗鱼在挪威北海大量出现；每年5月望日，美国西海岸有一次最大海潮，鲈鱼此时遍布海滩产子。

我们人体许多生理周期也呈月节律变化。

如众所周知的女性的卵巢变化具有月节律，人的眼睛在望日对红光和橙光最敏感。

各种资料表明，人的体力、情绪和智力呈近似月节律变化。

本书所要重点讨论和研究的也正是这种人体体力、情绪和智力三节律。

## <<神奇的人体生命节律>>

### 编辑推荐

《神奇的人体生命节律》作为一本科普读物的出版，将对我国人体生命节律的研究与应用起到推动作用。

相信人体生命节律一旦被人们认识和掌握，将会为人类生活、安全及社会生产活动带来巨大的效益。



<<神奇的人体生命节律>>

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>