

<<揭秘人体密码>>

图书基本信息

书名：<<揭秘人体密码>>

13位ISBN编号：9787802436787

10位ISBN编号：7802436788

出版时间：2012-7

出版时间：中航出版传媒有限责任公司

作者：郭漫 编

页数：170

字数：270000

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>

<<揭秘人体密码>>

内容概要

《揭秘人体密码》是青少年百科系列丛书之素质教育文库，以使读者更加了解人类的身体组成和运行为目的，书中分为四个板块：“会说话”的头颅、潜藏秘密的四肢百骸、“胸怀天下、神奇人体面面观。

既从宏观也从细节处为读者揭秘人体的奇妙，还在多数篇章后链接了跟人体有关的医学或科学常识帮助读者理解。

《揭秘人体密码》根据青少年的心理特点，力图摆脱生硬的说教式解答，用有趣生动的语言解释人体的结构和器官运行。

对一些经常出现的身体问题也做了建议，力求达到实用性和科学性的统一。

<<揭秘人体密码>>

书籍目录

第1章 “会”说话”的头颅

大脑的重量有多少

大脑的“未解之谜”

当你发呆的时候大脑在干什么

打哈欠以调节大脑内部温度

大脑识别表情仅需200毫秒

人为什么要睡觉

病态睡眠

吵闹的环境下为什么也能睡得着

做梦是潜意识的欲望表现吗

人为什么会脸红

为什么喝酒会脸红

世上没有相同的脸

“好脸色”的标准

和头发有关的有趣数字

人为什么会掉头发

头发的那些事儿

长白头发可能在抗癌

头发能够检测人体的生物钟

眼睛上面的风景——眉毛

人为什么要眨眼睛

眼泪的作用

眼睛喜欢哪种颜色

眼皮为什么会跳

“人老珠黄”新解：人老，眼珠会变黄

眼睛告诉你的5个密码

色盲患者眼中的世界

雪光也能伤眼睛——雪盲症

为什么有的人是“斗鸡眼”

最怕冷和最不怕冷的人体器官

挖鼻孔的习惯好不好

身兼数职的鼻子

打鼾也有“好”、“坏”之分

为什么看到强光容易打喷嚏

流鼻血的原因

人体最小的骨头——镫骨

“十聋九哑”的奥秘

耳朵、牙齿、鼻子都很“无能”

人的视力和听力的极限

人中有什么作用

人为何发笑

为什么有些人的牙齿比别人白

不容忽视的牙齿细节

不可忽视嘴唇的“预备信号”

如此独特的人类嘴唇

<<揭秘人体密码>>

第3章 “胸”怀天下

人一生心跳多少次
脏与脏之间的关系
五脏六腑之肺
解除岔气有妙招
每时每刻都在进行的呼吸
“肝胆相照”
胃为什么没有把自己消化掉
九大习惯伤胃至深
小小脾脏“脾气大”
小肠——消化和吸收营养的车间
大肠——体内微生物的大乐园
保护你的肚脐
人体淋巴系统探秘
人体免疫系统揭秘
突发事件的“灵敏器”——应激系统
人体自带的“医生”——再生和愈合系统
遍布全身的血管
神奇的“镜面人”

第2章 潜藏秘密的四肢百骸

手上也有大文章
手可以有自己的思想
指甲上的半月痕
手语的迷雾
神奇的指纹
人走路为何不同手同脚
直立行走是一个错误
跑步快慢取决于肚脐位置
孩子春季长个快
看“足相”知健康
常穿高跟鞋后患无穷
揭秘人体的“左右法则”
奇妙的人体比例
你不了解的人体三角区
人体的一些小奥秘
人体腋下隐藏的奥秘
人体缺陷带来的优势
皮肤——人体的城墙
人类为什么没有皮毛
人体肤色的奥秘
肌肉家族之最
脊椎病越来越年轻化
选好枕头防落枕
“坐出来”的病
骨头是怎么生长的
给骨骼一个好“胃口”
抽筋是怎么回事

<<揭秘人体密码>>

人类天生会跳舞

第4章 神奇人体面面观

人体温度周期性波动

什么样的极限温度下人还能生存

与人体有关的一些数字

漫话人体“扫帚”

发烧是否应该被阻止

身体健康的10个魔幻数字

不可忽视的亚健康

人体器官寿命

器官工作时刻表

趣解人体器官

身体内的那些“液体”

喝水的学问

有趣的生命节律

血液全是红色的吗

你是否愿意输入“假血”

白血球：人体的忠诚“卫士”

“吓死人”的秘密

怕高并非恐高症

人体细节奥秘

人体磁场的奥秘

你为什么会疲劳

人体衰老密码隐藏在哪些部位

人体的特征遗传

记忆和遗忘

细胞之最

为什么只有人有青春期

神秘的第六感

色彩影响人的情绪

“心疗”处方助你健康

威力巨大的潜意识

有趣的心理现象

双胞胎轶闻

人体的克隆

你意想不到的发胖原因

别出心裁的治病方法

世界上最神秘的10种疾病

<<揭秘人体密码>>

章节摘录

版权页：插图：病态睡眠 睡眠对于大脑健康是极为重要的。

未成年人一般需要有8个小时以上的睡眠时间，并且必须保证高质量。

如果睡眠的时间不足或质量不高，就会对大脑产生不良的影响，造成大脑的功能不足，严重的甚至会危害生命。

由于现代人的工作和生活压力增大，很多病态睡眠困扰着人们的健康，它们主要有：失眠症 根据失眠发生的时间先后，可分为3种失眠症。

发生在睡眠初期，表现为很难入睡，也是最常见的失眠症。

表现为全夜时醒时睡。

发生在睡眠终期，患者过早苏醒，不能再入睡。

这些患者的异相睡眠都很少，并易诱发脑电波的唤醒反应。

从脑电波分析图看，他们的睡眠时间总是比主诉的为多，失眠的后果并不严重，长期失眠者有时精神萎靡，可用药物治疗纠正。

多眠症 表现为白昼多眠或瞌睡过多，或者夜间睡眠过久。

患者睡眠期间心率并不减慢，说明患者在睡眠期间休息不充分。

原发性多眠症多属遗传病，这和下丘脑功能障碍有关。

此外，还有一种伴有食欲亢进、肥胖和呼吸不足等症的多眠症。

梦游 此症发生在慢波睡眠的第3、4期，也是回忆能力最低的时期，与患者做梦无关。

梦游时大脑警觉性和反应性均降低，运动也欠协调。

遗尿症 多半发生在睡眠的前1/3时期，脑电波呈慢波第4期型式。

遗尿开始即转入第2期或第1期。

唤醒后患者不诉梦境，若不唤醒，则在数小时内不再出现第3或第4期脑波。

遗尿症可用药物或其他方法治疗。

睡眠是消除大脑疲劳的主要方式，如果长期睡眠不足或睡眠质量太差，就会严重影响大脑的机能，青少年也极易患上神经衰弱等症。

总之，一个人的一生中，有大约1/3的时间是在睡眠中度过的。

良好的睡眠，可调节生理机能，维持神经系统的平衡，是生命中重要的一环。

睡眠不良、不足，第二天就会头昏脑胀、全身无力。

睡眠与健康工作和学习的关系甚为密切，所以，良好的、健康的睡眠状况，是每一个人都应该注意的。

。

<<揭秘人体密码>>

编辑推荐

人类用他们的智慧，不断探索着未知的世界，太空、星系、各大星球都成为了人类探索的对象。

但是，人类在探索外界的时候，并没有忘记寻找自身的秘密的答案，《中国青少年百科系列丛书·素质教育文库：揭秘人体密码》从头颅、四肢、脏腑等几大方面入手，揭秘人体结构，以严谨、缜密的文学阐述人体各器官的功能，配以大量精美图片，直观、清晰地将《中国青少年百科系列丛书·素质教育文库：揭秘人体密码》的内容表现出来，为广大青年提供了一个清楚地认识自己了解人体构造的宝贵机会，让青少年读者在成长的道路上有所收获。

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>