

《身体24小时》

图书基本信息

书名：《身体24小时》

13位ISBN编号：9787121240521

出版时间：2014-10-1

作者：Dr. Hilary Jones

页数：312

译者：焦晓菊

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《身体24小时》

内容概要

这是恩尼曼一家生活中的一天，家庭成员包括一位父亲、一位怀孕的母亲和他们的三个孩子，本书聚焦于他们的身体在24小时内所进行的全部活动。然而，发生在他们体内的一切也发生在你身上。生理学中存在着无数不解之谜。例如，我们为什么会体重超标、感觉沮丧或宿醉难受？母亲腹中的胎儿发育到哪个阶段才开始移动？他何时对周围的世界产生意识？是什么导致我们衰老或罹患癌症？在死亡降临的那一刻，我们体内又会发生什么变化？这位英国最受人喜爱的琼斯医生为我们解释了人体是如何运转的，以及为什么有时又无法正常运转。琼斯医生通过这本书，让我们了解到人体之谜，也让生理学重新焕发活力。

《身体24小时》

作者简介

希拉里·琼斯，英国备受欢迎的职业医生，于1976年在英国伦敦皇家医学院获得执业资格，在多个栏目或杂志担任医学编辑，如“Daybreak and Lorraine”、《Sun's Fabulous》、《Rosemary Conley》等，是英国GMTV频道（现为ITV）的医学及健康顾问，经常受邀参加英国其他知名电台及电视台的节目，为大众解答医学相关疑问。

书籍目录

目录

第一阶段 晨起 6:30 – 7:30

第一章 神奇的眼眸

第二章 听觉的秘密

第三章 失读症与色盲

第四章 女孩的外表

第五章 打哈欠才健康

第六章 鼻涕的作用

第七章 头发的颜色

第八章 拥有健康的牙齿

第二阶段 早餐 7:30 – 8:00

第九章 左撇子

第十章 孕吐反应

第十一章 食物的旅程：吞咽、消化、排泄

第十二章 笑一笑更健康

第十三章 难言的苦恼——便秘

第十四章 营养早餐不能少

第十五章 记忆力与老年痴呆

第十六章 嗅觉的秘密

第三阶段 通勤 8:00 – 9:00

第十七章 亲子间的对话

第十八章 解毒醒酒神器——肝脏

第十九章 性命攸关的血液凝结

第二十章 坚强又脆弱的皮肤

第二十一章 心脏杂音不可怕

第二十二章 路怒症

第四阶段 上午 9:00 – 12:00

第二十三章 你开得起玩笑吗——大脑运作和人际交往

第二十四章 青春期的女孩

第二十五章 为什么会晕车

第二十六章 宿醉的危害

第二十七章 呵护双脚

第五阶段 午餐 12:00 – 13:00

第二十八章 烦人的青春痘

第二十九章 厌食症与肥胖者

第六阶段 午后 13:00 – 18:00

第三十章 与青少年谈“性”

第三十一章 食物、营养、情绪

第三十二章 身体与灵魂，运动与肌肉

第三十三章 还有比吸烟更伤害身体的吗

第七阶段 晚上 18:00 – 23:00

第三十四章 可怕的衰老 第三十五章 烦人的生理反应

第八阶段 入眠 23:00之后

第三十六章 苦不堪言的失眠

致 谢

《身体24小时》

精彩短评

1、

2、作为科普书，形式有趣。但是书中有明显医学错误。例如p124描述肝血管时有两处“动脉”应为“静脉”，p269心脏插图的指示几乎全部谬误。问题应该出在翻译、编辑、出版社的责任心上。

《身体24小时》

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:www.tushu000.com