

# 《《谁是没有病的健康人》》

## 图书基本信息

书名：《《谁是没有病的健康人》》

13位ISBN编号：9787513535670

10位ISBN编号：7513535671

出版时间：2013-8

出版社：外语教学与研究出版社

作者：《环球科学》杂志社 编,科学出版工作室 编

页数：216

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](http://www.tushu000.com)

# 《《谁是没有病的健康人》》

## 内容概要

健康篇是7个分册中的一册，共分8个话题，分别是：“懂科学才能会养生”“走进读脑时代”“心理健康从了解开始”“拒绝抑郁症”“如何有效地记忆与学习”“为了下一代的智商和健康”“延缓衰老的科学处方”和“基因密码破译后的人类未来”。

# 《《谁是没有病的健康人》》

## 作者简介

外研社科学出版工作室，外研社是一家以外语出版为特色，涵盖全学科出版、汉语出版、科学出版、少儿出版等领域的综合性教育出版集团，也是全国规模最大的大学出版社、最大的外语出版机构。科学出版工作室是外研社下属专业从事科学教育与科普出版的机构，其编辑出版的《<自然>百年科学经典》等丛书深受读者与科学人士的喜爱。

# 《《谁是没有病的健康人》》

## 书籍目录

话题一 懂科学才能会养生

食物掌控基因

糖类化合物：心脏病真凶？

脂肪无罪

维生素D要补充吗？

酸奶增强生育力

给骨骼加点儿糖

打喷嚏有益健康

纤维可以防癌吗？

“三手烟”更致癌

端粒长短预示未来健康

话题二 走进读脑时代

我知道你看见了什么

面孔识别网络

大脑急刹车

美食诱惑的根源

“测谎仪”的尴尬

嘴巴“听”声音

手移植改变用手习惯

灰质让孩子更聪明

小脑的运动秘密

给大脑植入芯片

话题三 心理健康从了解开始

住得越挤人越胖？

天气越热 报复心越强？

觉得自己丑也是一种病

基因长短决定乐观悲观

乐观是一个陷阱

威胁面前：女人抱团 男人走开

美女是战争的根源？

思维决定信仰

员工心理健康 = 公司资产

金钱意识让人自私

话题四 拒绝抑郁症

意识泡泡

从压力中抽身

威吓的基因变化

挤出的精神疾病

失眠会导致精神失常？

精神分裂源于出生地？

在培养皿中模拟精神病

起搏器治疗抑郁症

话题五 如何有效地记忆与学习

大脑是否越大越好

大脑五分之一是记忆

负责回忆和畅想的脑区

预防分心

## 《《谁是没有病的健康人》》

电击大脑增强记忆  
睡眠改善记忆  
增强记忆的芳香美梦  
新发现革新学习方式  
话题六 为了下一代的智商和健康  
寒冬是万恶之源  
命运决定在出生前  
验妈妈的血 看宝宝的病  
无痛分娩存在潜在风险  
早产儿更易患严重精神疾病？  
喝牛奶易患糖尿病？  
睡得越多 体重越轻  
学走路前不用爬  
越运动越聪明  
亲情激素  
“虎妈妈”的孩子易抑郁  
话题七 延缓衰老的科学处方  
乐观延长生命  
基因改变导致衰老  
自由基未必导致衰老  
降低体温 延长寿命  
无法想象  
睾丸激素的隐痛  
治疗记忆障碍第一步  
令人聪明的长寿基因  
阿尔茨海默病“长”什么样  
阿尔茨海默病新基因  
变异基因抵御痴呆症  
话题八 基因密码破译后的人类未来  
细胞核的建筑学  
DNA预测发病率 你能接受吗？  
你的基因组可能不完整  
《反基因歧视法》通过  
DNA时代的犯罪株连  
测序比赛带来意外惊喜  
试验事故的惨痛教训  
基因治疗重装上阵

# 《《谁是没病的健康人》》

## 精彩短评

- 1、谢谢蒋姐姐！好喜欢（标题党的书名除外）！@Melody\_Magic @外研社科学编辑部
- 2、科学美国人，研究精华，最新医学进步，值得一读

# 《《谁是没病的健康人》》

## 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](http://www.tushu000.com)