

《人体百科》

图书基本信息

书名：《人体百科》

13位ISBN编号：9787507526738

10位ISBN编号：7507526739

出版时间：2009-8

出版社：华文出版社

作者：朱立春 编

页数：181

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

《人体百科》

内容概要

《人体百科》是一本集知识性与趣味性于一体的人体百科，从错综复杂的大脑结构，到循环，呼吸等系统的疾病，再到细胞和遗传的神秘世界，从不同角度讲述了人体的有关知识。它涉及到人的身体和心灵，有其独特的覆盖面。全书共分为人体生理系统、大脑与感官、思维与心理、人际交流、健康与疾病、安全保障六大部分。除介绍人体结构外，还介绍了人际交流及安全保障等方面的内容，描述了身体和大脑的工作原理，告诉我们人怎样感知世界，这些相对于其他的人体百科类图书，尤为独到。叙述语言简单明了，生动有趣，精美的彩色图片和分析性的图表贯穿全书，多方位地对人类生物学、人类健康和安安全全，以及人类心理学进行形象而科学的介绍，以前瞻性的医学知识和先进的生物学理念，深入浅出地揭开了人体神秘的面纱。

书籍目录

人体生理系统

引言
细胞是生命活动的基本单位
人体组织和器官
骨骼是身体的支架
人体的发动机
人体的信息网
心脏怎样为你“努力工作”
体内物质运输的系统
我们怎样呼吸的
细胞的呼吸
食物是怎样被消化的
食物的加工厂
肾脏是怎样制造尿液的
什么是内分泌系统
生命从哪里来
人的孕育和出生

大脑与感官

引言
大脑的构造是怎样的
大脑怎样工作
人们为何能记忆往事
测测你的IQ
性别差异知多少
教你学习的技巧
如何成功解决问题
你睡得好吗
你是怎样看到图像的
视觉是怎样形成的
视错觉是怎样产生的
你怎样听到声音
嗅觉、味觉和触觉面面观
怎样延缓衰老

思维与心理

引言
本能与天性
人格类型是如何划分的
别人给我们的第一印象
我们给别人的第一印象
你受环境的左右吗
什么是心理定势
自我意识和自尊
人类独有的特征
个性的形成与表达
社会化过程中的个体发展
群体行为模式对个体的影响
磨砺你的社交技能

成长过程中的几个关键时期

性别角色透视

理清自己的情绪

如何处理情感

正确处理各种社会关系

学会在快乐或悲伤中成长

常见的无意识反应

人生需要积极心态

解析梦境及其涵义

人际交流

引言

语言学习要持续一生

学会倾听是一门学问

如何与别人交流

如何传达正确的信息

视觉交流的几种形式

享受触觉交流

肢体语言的交流

留下你的独特印记

用气味相互沟通

健康与疾病

引言

如何塑造优美体形

威胁健康的因素

人体的两大杀手

人体的防御战

药物疗法和自然疗法

人体的创伤与自我修复

锻炼：身体的保护神

运动损伤及其治疗

心血管疾病诸种

你的心脏健康吗

几种常见的器官疾病

生命中最可怕的杀手

学会释放精神压力

安全保障

引言

如何保障自己的人身安全

住宅中应怎样保障安全

路途中需要注意什么

请主动远离有害物质

旅行前需要做哪些准备

在水中，你安全吗

如何施救和求助

怎样应对火灾

常见呼吸问题的急救

诸种伤后处理方法

肌肉和骨头受伤的处理

动物咬伤和蜇伤的处理

章节摘录

肌肉的重量约占人体体重的一半，它也是一种主要的软组织。肌肉为我们四肢的活动和心脏的规律跳动提供必要的动力，并且控制着人体内多数系统的工作。人体内有3种不同的肌肉：骨骼肌，又人称为随意肌；平滑肌，又称为不随意肌；还有心肌。这3种肌肉在遇到刺激时都具有收缩、拉长和回复原状的能力。因为肌肉只能拉伸，所以每块肌肉运动拉长时，都需要一块与之对应的肌肉将它拉回原位，所以肌肉通常成对分布。骨骼肌是由肌原纤维这种肌细胞通过结缔组织连接而成的，骨骼肌中分布着丰富的血管和神经，它可以运用血液所提供的氧气和葡萄糖生成肌肉收缩所需要的能量。因为我们可以有意识地控制骨骼肌的运动，所以骨骼肌又被称为随意肌。骨骼肌成对地附着在人体内所有骨骼上。在骨骼肌的作用下，我们可以通过关节的运动来活动四肢、弯腰、做出表情、转动头部和呼吸等动作。在大脑的统一控制下，几组肌肉相互协作，从而做出上述动作。例如，抬腿的过程不仅和腿部肌肉有关，还需要背部和臀部肌肉的参与。

编辑推荐

内容全面 全书共分为人体生理系统、大脑与感官、思维与心理、人际交流、健康与疾病、安全保障六大部分，从各个不同角度讲述了人体的有关知识。了解并掌握这些知识，对青少年保持自己的身心健康至关重要。

体例科学 《人体百科（彩色图解）》精心设置了“知识库”、“趣味检测”以及与内容相契合的知识链接等相关栏目，或是对内容的横向拓展，或是纵向深入，全方位解读人体奥秘，使青少年既能够增长知识，又感觉兴致盎然。

图片精美 300余幅精美图片，与文字相辅相成，对人类生物学、人类健康和安全，以及人类心理学进行科学的介绍，帮助青少年形象、直观地理解人体相关知识。

艺术理念 版式设计、图文编排注重文化知识与现代审美的有机结合，并贯穿始终。加上先进的装帧设计和全彩的内文印刷，全力为青少年打造一个具有丰富信息含量的多彩阅读空间，彰显《人体百科（彩色图解）》的欣赏价值和艺术价值。

《人体百科》

精彩短评

- 1、让小孩认知人体，还是不错的书，可以一看。
- 2、适合小学高年级及初中的孩子阅读
- 3、是我需要的商品，很好，满意。
- 4、书的质量很好，内容上追求理论严谨，缺少了吸引孩子的直观趣味性，适合初高中孩子。

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