

<<健康真谛>>

图书基本信息

书名：<<健康真谛>>

13位ISBN编号：9787543944558

10位ISBN编号：7543944553

出版时间：2010-10

出版时间：姜鑫、杨虚杰、潘峰 上海科学技术文献出版社 (2010-10出版)

作者：姜鑫，杨虚杰，潘峰 编

页数：256

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>

<<健康真谛>>

前言

随着中国经济不断飞速发展，国民的生活水平不断提高，人们的注意力也由丰富物质生活方面逐渐过渡为享受生活阶段，其中自身健康成为重要组成部分。

简单地说就是从“生存到生活”的进步。

在当下的社会风气之中，充斥着纷乱之气，甚至让人嗅到了“纸醉金迷”，可悲的是这风气被原样照搬到健康养生领域，并且更加“发扬”了。

我们想，此时有必要向公众介绍与养生（长寿健康）有关的稍微学术一些的医学知识。

本书以诺贝尔医学奖为背景，所介绍的知识均为基础医学领域代表世界最高水平的科研成果，目前市面上真正的养生学理论或多或少与之相关。

有关“健康长寿与生活习惯”的说法，就目前来看，真是“公说公有理，婆说婆有理”，在眼花缭乱的各种理论的教导下，人们有些无所适从。

我想各种理论与说法都不能忽视因地域、气候等非人为因素造成的差异化。

如“长寿村”中的老人虽然缔造了奇迹，但这是以先决条件作为基础的。

作为普通读者，能做的只有武装自己的头脑，万变不离其根本，成为一位健康学方面的“准专家”。

产业的发展，固然要追求经济效益，进行不断探索，优胜劣汰，但底线是不能以人类健康为代价。

这本书中几乎没有编者的主观倾向，只是做到通俗化的信息传达。

为读者呈现了八块与养生有关的“原味蛋糕”，无“添加剂”及“香料”等杂质。

请放心“品尝”。

<<健康真谛>>

内容概要

有关“健康长寿与生活习惯”的说法，就目前来看，真是“公说公有理，婆说婆有理”，在眼花缭乱的各理论教导下，人们有些无所适从。

我想各理论与说法都不能忽视因地域、气候等非人为因素造成的差异化。

如“长寿村”中的老人虽然缔造了奇迹，但这是以先决条件作为基础的。

作为普通读者，能做的只有武装自己的头脑，万变不离其根本，成为一位健康学方面的“准专家”。

产业的发展，固然要追求经济效益，进行不断探索，优胜劣汰，但底线是不能以人类健康为代价。

《健康真谛》中几乎没有编者的主观倾向，只是做到通俗化的信息传达。

为读者呈现了八块与养生有关的“原味蛋糕”，无“添加剂”及“香料”等杂质。

请放心“品尝”。

<<健康真谛>>

书籍目录

远离衰老1998年，诺贝尔生理学或医学诺贝尔奖授予了Robert F.Furchgott、Louis J.Ignarro及Ferid Murad三位美国科学家，以表彰他们通过深入研究硝酸甘油，发现一氧化氮是一种具有重要生理作用的信使分子。

一氧化氮的发现吸引了大批科学家，广泛分布在体内有着多种重要生理功能的一氧化氮，成为人类战胜疾病，延缓衰老的新希望。

解密基因在医学研究领域，以分子生物学为基础的基因诊断技术，与传统疾病诊断方法相比具有更准确、更可靠和诊断时间更早的特点；而基因治疗20年来更是发展迅速，1990年至今全世界已开展超过600项的基因治疗临床试验。

人类基因组计划的完成，将生命科学研究带入了任重道远的后基因组时代。

来自生命伦理的挑战20世纪70年代“试管婴儿”的呱呱坠地，人们几乎不由自主地提出了“谁是父亲？”

谁是母亲，这样近乎荒诞的问题。

克隆人、基因歧视、纳米究竟是否安全，生命伦理学正在成为科学与伦理相互交叉、相互渗透的重要领域。

人类细胞对无用蛋白质的“废物处理”科学家们研究发现，生物体内存在着两类蛋白质降解过程，一种是不需要能量的，比如发生在消化道中的降解，这一过程只需要蛋白质降解酶参与；另一种则需要能量，它是一种高效率、指向性很强的降解过程。

阻遏瘟疫肆虐没有人否认，随着科学技术的飞速发展，人类已经拥有了越来越多的与疾病做斗争的手段，但是以病毒和细菌为代表的各种病原微生物导致的人类和动物疾病，尤其是一些新发的高危传染性疾病却是愈演愈烈。

膜蛋白——细胞长城的烽火台许多内在膜蛋白的异常与一些遗传病有关，比如，囊性纤维变形、癌症、老年性痴呆症、帕金森症等等。

重塑生命的干细胞干细胞是具有自我更新、高度增殖和多向分化潜能的细胞群体。

干细胞技术的快速发展以及在发育、衰老和疑难疾病治疗等方面的潜在巨大的功效，使得干细胞技术产业近年来备受世界各国科学家瞩目。

人类与血液病医学家们指出，目前引起血液病的因素很多，诸如化学因素、物理因素、生物因素、遗传、免疫、污染等等，都可以成为血液病发病的诱因或直接原因。

由于这些原因很多是近几十年现代工业的产物，从而使血液病的发病率有逐年增高的趋势，可以说，血液病是一种现代病。

附录：影响我们生活的诺贝尔奖1901-2001年诺贝尔生理学医学奖获奖者名单参考书目

章节摘录

插图：部分患者的发病与误服药物有关，如最常见的感冒后服用安乃近；银屑病服用乙双吗啉；还有的与职业有关，如与化学物质苯及合苯的物质接触过多等。

另据报道，染发剂也可引起白血病。

从发病地区来看，石油、化学工业发达的地方，患病人数有增多趋势。

随着工业的不断发展，该病的发病率仍有可能不断上升。

当人体自身抗病能力较低、免疫力下降时，受到了外界致病因素影响时最易发病。

其预防措施如下：感冒时建议在医生的指导下用药；银屑病患者在用药过程中应注意经常检验血象，以做到安全用药，以上病症最好采用自然疗法及中医治疗。

对从事化工、经常接触农药或生活在环境污染严重地区的人员，应做好防护，并定期查体，做到早预防、早发现、早治疗。

此外，我国南方一些地区将此药放入井中或以此泡茶饮用，对预防白血病起到了一定的作用。

此药有止血消炎、利痰杀菌、破坏癌细胞之功效，并可降低水中亚硝酸含量，消灭细菌和真菌毒素。

此外，内因预防亦不可忽视，中医认为肾主骨、骨生髓、髓通于脑，补肾强身即相当于增强免疫力。

常用药物以六味地黄丸为基础方，另外，可多掌握一些健身的方法；如太极拳、气功等，以增强免疫力。

白血病多发于少年儿童。

上海市肿瘤研究所的一项研究成果揭示，儿童白血病的发生除了与本身服用氯霉素等有密切联系外，与其父母的职业暴露也有关。

上海市儿童白血病的发病率在1999年前后，占儿童恶性肿瘤总数的35%左右。

父母的职业暴露是其发病的重要原因之一。

他们发现，父母如果从事汽油、甲苯、煤油、农药等暴露性职业，可导致父母的生殖系统受损；孕期，母亲的职业暴露，可导致一些有害物质突破胎盘障碍，损害胎儿；哺乳期父母不卫生的工作服直接接触婴儿，也会造成对婴儿的伤害。

为此，研究者呼吁从事上述职业的父母，在孕期前后要特别注意相关事宜。

<<健康真谛>>

编辑推荐

《健康真谛》得到科技部863计划联合办公室世界抗衰老医学会(美国抗衰老医学研究会)中国(A4M CHINA)中国病毒资源与生物信息中心病毒资源数据库中国科学院生物物理所中国科学院动物研究所中国科学院北京基因组所(Beijing Genomics Institute)中国医科大学教育技术中心相关部门协助人体健康升级手册诺贝尔医学奖得主见证

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>