

<<人体预报手册>>

图书基本信息

书名：<<人体预报手册>>

13位ISBN编号：9787801129963

10位ISBN编号：7801129962

出版时间：2010-10

出版时间：民主与建设出版社

作者：顾文

页数：238

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>

## <<人体预报手册>>

### 前言

关于健康，有这样一个故事…… 从前，一位女士发现三位蓄着花白胡子的老者坐在家门口。她不认识他们，就说：“我不知道你们是什么人，但各位也许饿了，请进来吃些东西吧。”

三位老者问道：“男主人在家吗？”

她回答：“不在，他出去了。”

老者们答道：“那我们不能进去，，”傍晚时分，妻子在丈夫到家后向他讲述了所发生的事。丈夫说：“快去告诉他们我在家。请他们进来。”

妻子出去请三位老者进屋。但他们说：“我们不一起进屋。”

其中一位老者指着身旁的两位解释：“这位的名字是财富，那位叫成功，而我的名字是健康。”

接着，他又说：“现在回去和你丈夫讨论一下，看你们想让我们当中的哪一个进去。”

妻子回去将此话告诉了丈夫。丈夫说：“我们让财富进来吧，这样我们就可以黄金满屋啦！”

妻子却不同意：“亲爱的，我们还是请成功进来更妙！”

他们的女儿在一旁倾听，她建议：“请健康进来不好吗？这样一来我们一家人身体健康，就可以幸福地享受生活、享受人生了！”

## <<人体预报手册>>

### 内容概要

健康不是一朝一夕的事，当人们在毫无防备的情况下被疾病夺去自己的生命时，我们只能扼腕叹息。如果我们能及时、准确地把握身体发出的信号，让好的状态延续下去，把不好的“量变”扼杀在摇篮里，我们很多时候就能做自己的医生，守护好自己的健康。

<<人体预报手册>>

作者简介

顾文，医学硕士。

多年来潜心研究人体医学和中医学，对《黄帝内经》等医学经典领悟深刻，更深得古代中医的精髓，所著多本医学书籍更是内容独到，颇为读者喜爱。

## 书籍目录

上编 人体的系统 一、呼吸系统 二、消化系统 三、神经系统 四、循环系统 五、运动系统  
六、内分泌系统 七、生殖系统 八、泌尿系统 九、免疫系统下编 身体各部分折射出的健康信号

第一章 皮肤——人体的第一道防线 第一节 警惕皮肤瘙痒的不良反应 第二节 皮肤红斑不可小觑 第三节 脸色苍白预示疾病的发生 第四节 肤色变黄绝非“小麦色”的代言 第五节 肌肤晦暗无光，“暗”藏隐忧 第六节 皮肤衰老，预防要早 第七节 痣恶变需警惕 第八节 皮肤溃疡后患多 第九节 糖尿病的皮肤病变 第十节 恶性肿瘤的皮肤病变 第十一节 春风不掩桃花癣 第十二节 带状疱疹或有后福 第十三节 脂溢性皮炎应留意 第十四节 皮肤癌没有那么恐怖

第二章 头部——人体“司令部” 第一节 五官——不只与形象有关 第二节 头发——牵一发而动全身 第三节 脑部——人精在脑 第三章 颈部——人体桥梁 第一节 颈部肿块拉响健康警报 第二节 颈部疼痛不是“老毛病” 第三节 颈部血管异常须注意 第四节 颈部淋巴结不可小觑 第五节 落枕可能是脊椎病的预兆 第六节 颈椎骨质增生是“植物人”的前奏 第七节 颈椎间盘突出易得不易治

第四章 喉部——人体内最繁忙的通道 第一节 咽喉有异物感事出有因 第二节 咽喉肿痛须警惕 第三节 扁桃体炎不是小事 第四节 咽喉炎非“一夕之功” 第五节 喉癌是烟酒的“无声”伴侣

第五章 四肢与骨骼——人体“脚手架” 第一节 手部——倒置的人体缩影 第二节 腿部——身体“起重机” 第三节 脚部——人体“第二心脏” 第四节 骨骼——人体框架

第六章 胸——人体第二大体腔局部 第一节 胸腔——有容乃大 第二节 胸部——东施效颦哪知西施苦闷 第三节 乳房——女性的骄傲

第七章 腹——人体至阴之所居 第一节 腹腔——五脏六腑多聚于此 第二节 腹部——除了肥胖还有隐忧

第八章 腰部——人体力量之源 第一节 腰痛，不只因为劳累 第二节 腰肌劳损会连累整个背部 第三节 腰椎间盘突出后患无穷

第九章 臀部——人体承上启下的部位 第一节 臀肌筋膜炎是中老年人的“常客” 第二节 臀肌痉挛症与臀部肌肉反复注射有关

第十章 肾脏——人体脏腑阴阳之本 第一节 肾虚宜温补 第二节 肾结石“夏季形成冬季发病” 第三节 肾囊肿总是被人忽视 第四节 原发性肾炎须耐心调理 第五节 肾结核以膀胱炎症状为线索

第十一章 生殖器官——人类生生不息之灵 第一节 女性生殖器官——炎症多发须警惕 第二节 男性生殖器官——烟酒房事莫强求

第十二章 神经网络——人体“信息交流平台” 第一节 精神分裂症——物极必反 第二节 抑郁症——西方人眼中的“蓝色隐忧” 第三节 焦虑症——世界很美好，凡人莫自扰 第四节 神经衰弱——你其实可以很坚强 第五节 老年痴呆——早预防早发现早治疗

第十三章 血管网络——人体能量网 第一节 动脉硬化不恐怖 第二节 高血脂不容乐观 第三节 高血压是不定时炸弹

第十四章 血液——人体能量源泉 第一节 贫血——补铁很重要 第二节 败血症——小小细菌引发的“血案” 第三节 白血病——造血系统的噩梦 第四节 艾滋病——“世纪杀手”

章节摘录

神经系统是机体内起主导作用的系统，人体各器官、系统的功能都是直接或间接处于神经系统的调节控制之下。

人体是一个复杂的机体，各器官、系统的功能不是孤立的，它们之间互相联系、互相制约；同时，人体生活在经常变化的环境中，环境的变化随时影响着体内的各种功能。

这就需要对体内各种功能不断做出迅速而完善的调节，使机体适应内外环境的变化。

实现这一调节功能的系统主要就是神经系统。

内、外环境的各种信息，由感受器接受后，通过周围神经传递到脑和脊髓的各级中枢进行整合，再经周围神经控制和调节机体各系统器官的活动，以维持机体与内、外界环境的相对平衡。

神经系统是人体内由神经组织构成的全部装置，主要由神经元组成。

神经系统由中枢神经系统和遍布全身各处的周围神经系统两部分组成。

中枢神经系统包括脑和脊髓，分别位于颅腔和椎管内，是神经组织最集中、构造最复杂的部位。

存在有控制各种生理机能的中枢。

周围神经系统包括各种神经和神经节。

其中同脑相连的称为脑神经，与脊髓相连的为脊神经，支配内脏器官的称植物性神经。

各类神经通过其末梢与其他器官系统相联系。

.....

<<人体预报手册>>

编辑推荐

让您倾听身体的语言 教您看懂疾病的信号 帮您解读健康的密码 从头到脚，从内到外的健康全书，呵护备至、实用一生的健康指南。

<<人体预报手册>>

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>