

<<人体保健常识读本>>

图书基本信息

书名：<<人体保健常识读本>>

13位ISBN编号：9787811174052

10位ISBN编号：7811174057

出版时间：2007-11

出版时间：中国农业大学出版社

作者：本社

页数：184

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>

<<人体保健常识读本>>

内容概要

本书内容包括人体的基本构成、运动系统、脏腑系统、脉管系统、调控系统、感觉器官、生理保健及心理保健。

详细介绍了皮肤、感官、神经、呼吸、消化、循环、泌尿、运动和内分泌系统的功能、作用以及心理健康、保健常识。

<<人体保健常识读本>>

书籍目录

前言一、人体的基本构成 1.人体构成的基本部件是什么？

- 2.为什么说细胞是生命之砖？
- 3.人体为什么要进行新陈代谢？
- 4.人的身体里有哪些元素？
- 5.为什么说“锌”是生命的火花？
- 6.酶在人体里的作用是什么？
- 7.人体活动的能源库是什么？
- 8.人体：有什么会有遗传现象？
- 9.为什么东、西方人长相不一样？
- 10.为什么人有男女之别？
- 11.男性和女性谁长寿？
- 12.男女真的平等吗？
- 13.发烧对人体有害吗？
- 14.人的体温是怎样保持恒定的？
- 15.知道人体的趣味数字吗？
- 16.人体的左右两侧都对称吗？
- 17.为什么人会有高矮和胖瘦？
- 18.人体生物钟节律变化是怎样的？

二、运动系统——人体定型器 19.骨骼的家族成员有哪些？

- 20.为什么儿童的关节易脱臼？
- 21.骨骼是怎样生长的？
- 22.为什么说肌肉是“人体的发动机”？
- 23.为什么剧烈运动后会感到肌肉酸痛？
- 24.睡觉为什么要枕枕头？
- 25.儿童为什么要背双肩书包？
- 26.平脚板是怎样形成的？
- 27.人为什么会站立行走？
- 28.人为什么会有“早高晚矮”的现象？

三、脏腑系统 [呼吸系统——人体气流的通道] 29.为什么要用鼻子呼吸？

- 30.鼻子为什么能够闻味？
- 31.你会用正确的方法擤鼻涕吗？
- 32.鼻毛能拔吗？
- 33.痰是怎样形成的？
- 34.为什么说肺是“气体的交换站”？
- 35.为什么不能蒙头睡觉？
- 36.为什么小孩呼吸频率快？
- 37.为什么感冒了鼻子不透气？
- 38.感冒后为什么吃饭不香？
- 39.打喷嚏是怎么一回事？

……四、循环系统——人体内的河流五、调控系统六、感觉器官七、生理保健八、心理保健——心理健康精神爽参考文献

章节摘录

一、人体的基本构成 1. 人体构成的基本部件是什么？

人的身体非常复杂而又神秘。

表面有五官、毛发和指甲等，内部有肠、血管、神经、骨以及细胞等。

但是，这个有生命的个体并不是由这一堆各式各样的配件随便凑合而成的，而是巧妙地结合起来，构成了一个完整的人体。

整个人体由头、颈、躯干和四肢4大部分组成。

头部，包括头和脸。

头俗称脑袋，它的内部珍藏着人体中最高级的脑。

脸上有眼睛、耳朵、口和鼻，称五官，是人们认识世界，获取营养的窗口。

颈部（即脖子）：连接着头和躯干，调节头的运动，同时对头起支撑作用。

躯干，即人们常说的身子。

从前面看：上部是胸，内有心、肺2个重要器官；下部是腹（即肚子），里面存放着肝、胃、肠、胰腺、肾等器官。

胸、腹内存放器官的空腔（体腔）不是相通的，由膈肌分成上下2层（胸腔和腹腔）。

从后面看：上部是背，下部是使人们能灵活扭转身体的腰。

.....

<<人体保健常识读本>>

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>