

皮皮鲁总动员   
www.pipilu.com



# 皮皮鲁+ 送你100条命

## 儿童安全百科

生命  
之盾

精编版

郑渊洁 / 原著

皮皮鲁总动员



/ 改编



浙江出版联合集团  
浙江少年儿童出版社

皮皮鲁+  
送你100条命

# 儿童安全百科

生命  
之盾

郑渊洁 / 原著

皮皮鲁总动员  / 改编



浙江出版联合集团  
浙江少年儿童出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

儿童安全百科·生命之盾/郑渊洁原著;皮皮鲁总动员改编. —杭州:浙江少年儿童出版社,2016.5  
(皮皮鲁送你100条命)  
ISBN 978-7-5342-9255-2

I. ①儿… II. ①郑…②皮… III. ①安全教育-儿童读物 IV. ①X956-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 038733 号

皮皮鲁送你 100 条命

## 儿童安全百科·生命之盾

郑渊洁 原著

皮皮鲁总动员 改编

---

责任编辑 刘元冲  
总策划 郑亚旗  
监制 吴云琴 王慧  
策划执行 丁汀 刘彦青 王冰  
内容制作 王燕 李怡 郝健  
封面绘制 王瑞昆  
封面设计 孙洋  
版式设计 孙洋 王胜红 曹润青  
责任印制 阙云 郑海鸥

---

浙江少年儿童出版社出版发行

(杭州市天目山路 40 号)

北京盛通印刷股份有限公司印刷

全国各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 10

印数 1—40120

2016 年 5 月第 1 版

2016 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5342-9255-2

定价:26.00 元

(如有印装质量问题,影响阅读,请与购买书店或承印厂联系调换)



### 敬告读者

《皮皮鲁送你100条命 儿童安全百科·生命之盾》正版图书贴有郑渊洁授权出版的防伪标识,在验钞灯下可见隐形底纹。无此标识即为盗版,欢迎举报。一经查实,本社必予奖励。

举报电话: **010-57162974**

# 目录

## CONTENTS

### 第一章 生命之水

#### 安全漫画

6 亚旗的奇幻漂流

#### 安全科普

14 你都喝了些什么

16 没水怎么办

20 全球节水总动员

23 缺水那些事儿

24 影响人类饮水习惯的重要发明

#### 透视眼

26 欢乐水吧

### 第二章 吃出未来

#### 安全漫画

30 大灰狼幼儿园

#### 安全科普

38 吃出健康

40 合理膳食

42 细嚼慢咽更安全

44 吃的规矩

46 三餐如何吃

48 拒绝“陌生来客”

50 零食小陷阱

#### 舌战

52 营养是不是补充得越多越好



## 第三章 太阳杀手

### 安全漫画

56 星球大战

78 灼伤紧急处理

79 新奇的防晒发明

### 安全科普

68 太阳是个“好好先生”

70 太阳是个“坏小子”

72 太阳采光的历史

### 透视眼

80 天文馆



## 第四章 运动医学

### 安全漫画

84 难兄难弟

98 急救“千金方”

### 安全科普

102 警惕过度运动

94 运动医学小百科

96 骨骼在生长

### 舌战

104 运动越多身体越健康?

## 第五章 健康生活

### 安全漫画

108 亚旗病倒了

### 安全科普

116 你的身体亮红灯了吗?

118 远离亚健康

120 健康的标准

122 癌症“候选人”

124 教你分清流感跟普通感冒

126 打响肥胖攻坚战

### 透视眼

132 生活习惯大排查



## 第六章 小便不小

### 安全漫画

136 亚旗的厕所遭遇

146 粪便的奇闻逸事

### 安全科普

142 憋尿对身体的危害

148 影响大小便的那些食物

144 粪便那些事儿

### 舌战

154 坐便好还是蹲便好?



# 目录

## CONTENTS

### 第一章 生命之水

#### 安全漫画

6 亚旗的奇幻漂流

#### 安全科普

14 你都喝了些什么

16 没水怎么办

20 全球节水总动员

23 缺水那些事儿

24 影响人类饮水习惯的重要发明

#### 透视眼

26 欢乐水吧

### 第二章 吃出未来

#### 安全漫画

30 大灰狼幼儿园

#### 安全科普

38 吃出健康

40 合理膳食

42 细嚼慢咽更安全

44 吃的规矩

46 三餐如何吃

48 拒绝“陌生来客”

50 零食小陷阱

#### 舌战

52 营养是不是补充得越多越好



## 第三章 太阳杀手

### 安全漫画

56 星球大战

78 灼伤紧急处理

79 新奇的防晒发明

### 安全科普

68 太阳是个“好好先生”

70 太阳是个“坏小子”

72 太阳采光的历史

### 透视眼

80 天文馆



## 第四章 运动医学

### 安全漫画

84 难兄难弟

98 急救“千金方”

102 警惕过度运动

### 安全科普

94 运动医学小百科

96 骨骼在生长

### 舌战

104 运动越多身体越健康?



## 第五章 健康生活

### 安全漫画

108 亚旗病倒了

### 安全科普

116 你的身体亮红灯了吗?

118 远离亚健康

120 健康的标准

122 癌症“候选人”

124 教你分清流感跟普通感冒

126 打响肥胖攻坚战

### 透视眼

132 生活习惯大排查



## 第六章 小便不小

### 安全漫画

136 亚旗的厕所遭遇

146 粪便的奇闻逸事

### 安全科普

142 憋尿对身体的危害

148 影响大小便的那些食物

144 粪便那些事儿

### 舌战

154 坐便好还是蹲便好?



禁止通行



水是我们的生命之源，我们每天都在和水打交道，可是你对水的安全知识知道多少呢？

危险区域  
禁止通行

危险区

区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行



# 第一章 生命之水

域  
通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

域  
通行

危险区域  
禁止通行

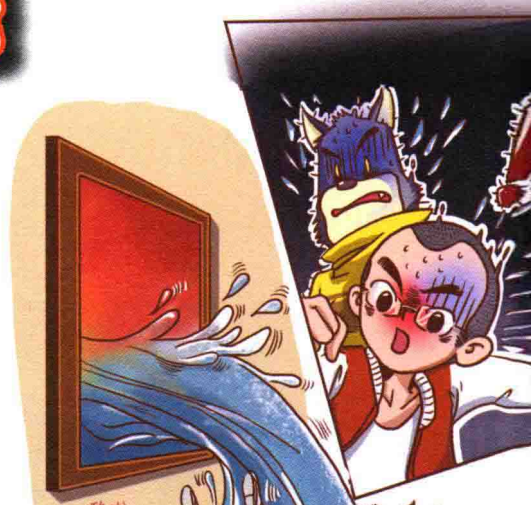
危险区域  
禁止通行

危险区域  
禁止通行

皮皮鲁+  
送你100条命

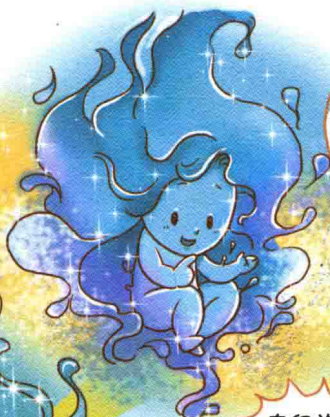
# 亚旗的奇幻漂流

美术馆





地图无法定位！我们这是在哪里呀？



我是水精灵，被锁在画里。感谢你们放我出来，我送给你们一段奇幻旅程作为报答！



奇幻旅程？我喜欢！

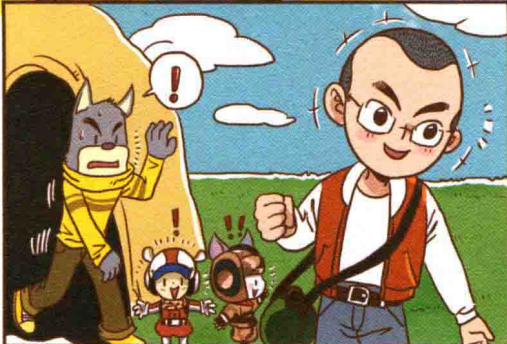
那我们怎么才能回到现实呢？



这个嘛……好像是要经历5个考验，祝你们好运！



有光！



一顿大吃。



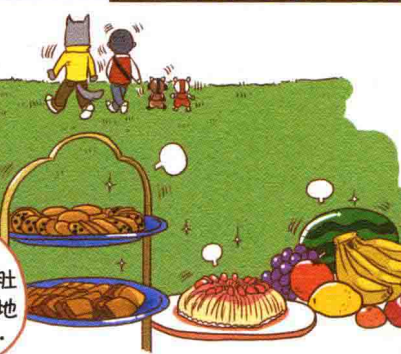
这难道是第一道考验？想把我们撑死？



也许是为了拖延时间，不让我们赶路！



我想喝水……可肚子里没有地方了……





我带了水，谁要喝？

我好渴呀！

我想喝，可是咱们没带吸管，共用水杯有传染疾病的风险，算了……



快看！



亚旗拧开自己的水壶刚要喝……

好浓的咖啡！

这冰汽水……厕所在哪儿？



咕嘟

咕嘟

咕嘟



HU

HU

HU

HU

罗克，你比我还兴奋！你也喝了咖啡？



他可能喝了含有兴奋剂的饮料。喝已经开封的饮料是不明智的！



救命啊！



……

很多职业运动员被他人陷害，在不知情的状况下喝了含有兴奋剂的饮料，断送了自己的运动生涯。太残忍了，我们去举报！



总算是一件有意义的事！那个小摊贩被抓了，我的兴奋剂也没白喝！



我要上厕所！快靠岸！



这是红枣女孩儿吗？



提示：红枣女孩儿是2008年郑渊洁结识的一个女孩儿，她的老家在甘肃。由于干旱缺水，红枣女孩儿长到8岁才洗上第一次澡。







无精打采

你们怎么了？



长时间不喝水会导致体内缺水，代谢紊乱。



喝水比赛中.....



喝水过多会发生水中毒！这不是闹着玩的！退赛吧！

