

趣味百科系列

人体大揭秘

Renti Dajimi

黄建民

- 本书带你走进不可思议、神奇的人体之旅
- 问世十余年来数次加印，现全新改版
- 了解我们的身体，健康快乐地成长



趣味百科系列

人体大揭秘

Renti Dajimi

黄建民

绘画：刘超 郭春辉
况华 刘晓愚
郭磊 胡幼中
郭曦 张书鸿

长江出版传媒 | 湖北少年儿童出版社

鄂新登字 04 号

图书在版编目(CIP)数据

人体大揭秘 / 黄建民著. —武汉:湖北少年儿童出版社, 2012. 9
(趣味百科系列)

ISBN 978-7-5353-7551-3

I. ①人… II. ①黄… III. ①人体—青年读物②人体—少年读物 IV. ①R32-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 217530 号

书 名	人体大揭秘		
©	黄建民 著		
出版发行	湖北少年儿童出版社	业务电话	(027)87679199 (027)87679179
网 址	http://www.hbcp.com.cn	电子邮件	hbcp@vip.sina.com
承 印 厂	湖北新开元印刷有限公司		
经 销	新华书店湖北发行所		
印 数	1-10 000	印 张	20
印 次	2013 年 5 月第 1 版, 2013 年 5 月第 1 次印刷		
规 格	880 毫米 × 1230 毫米	开 本	32 开
书 号	ISBN 978-7-5353-7551-3	定 价	28.00 元

本书如有印装质量问题 可向承印厂调换

这本书讲些什么？

欢迎您阅读这本书，欢迎您认识一下自己。

历代流传下来的文字、图画、实物和传说告诉我们，古人是一直在研究自己的。他们不断地发出疑问：眼睛何以能看？大脑怎样工作？吃进的食物到哪里去了？胸膛的起伏意味着什么？他们当然也想知道高矮胖瘦的原因，生儿育女的秘密，衰老、死亡的道理……

然而，在过去，在科学和文化还不发达的年代，古人又怎能正确地认识这些呢？

今天，借助于人类逐步积累的研究成果，古人那些百思而难解的问题，有许多已经得到解答了。为了普及人体科学，我编写了这一本书，愿您能从中获得种种有用而有趣的知识。

不过，虽说人类已能在月球漫步，可以去深海观鱼，但却远没有完全认识自己，人类之谜还多得很。因此，本书所谈也只能是当前认识到的一些知识。科学是不断发展的，认识是不断深化的，我们没有理由满足于、拘泥于已知的部分；在认识自身的道路上，我们还有艰难而漫长的路要走。有鉴于此，本书顺便将人体的诸多有趣的知识记载了下来，而这些个别的、奇特的现象，用现有的科学理论还难以解释。我之所以要这样做，除了想让读者知道人体的复杂性，借以提高对人体科学的兴趣外，还希望青少年能对之进一步研究。

我相信本书对您是有益的，请高高兴兴地阅读吧。

编者

2013年3月



一 大脑·智慧·五官 1

1. 你能看多远 1

奇妙的器官 1

人的视觉最优秀 2

归功于光 3

眼的进化 4

两眼干吗这样长 5

活的“照相机” 6

角膜和角膜的移植 8

不会撒谎的瞳孔 8

老在生长的晶状体 9

“底片”就是视网膜 10

倒看连环画的孩子 11

“调色盘” 12

暗适应与明适应 13

人人都有看不见的“点” 14

眼珠的五颜六色 14

最好还是黑眼珠 15

虹膜就是身份证 16

我们的眼珠不怕冷 17

转动眼球好处多 17

蛇让我们视力敏锐起来 18

真有“千里眼”吗 19

时间和气候影响视力 20

婴儿的视力如何 21

电影与视觉暂留 22

视觉并不都可靠 23

思想从眼睛里流露出来 24

身体健康的窗口 25

巩膜颜色与病痛 26

问你眉毛有几根 26

睫毛的保护作用 27

频频眨眼有原因 28

“眨眼”写书及其他 29

闭眼睡觉的道理 29

单眼皮与双眼皮 30

眼屎何以人皆有 31

眼跳与凶吉无关 32

“心灵的泉水” 32

有泪不妨流出来 33

人们喜欢何种颜色 34

竟有“灰色世界” 35

猫吃老鼠与夜盲症 36

“视力良好”的立体盲 37

锁住眼皮的教训 38

近视的新观点 40

中小学生的近视不是病 41

人老·眼花·珠黄 42

眼睛害怕紫外线 43

光线·月经·视敏度 44

两眼为何看不见 44

老年大敌白内障 46

盲人怎能回避障碍物	46	3. 小小鼻子有何用	70
2. 没有耳朵可不行	47	人只有一个鼻子吗	70
听觉器官是怎样产生的	47	小小鼻子有何用	71
左耳、右耳谁更强	49	鼻祖、灵魂与好运	73
“认不得”自己的声音	50	漱鼻与鼻饮	74
常听悦耳之音	50	嗅觉功能最重要	75
自小就退化的听觉部件	52	人的嗅觉差异	76
身负平衡重任	53	何时鼻子较灵敏	77
美尼埃尔与内耳眩晕	54	奇妙的特级香水鼻	78
翻肠倒肚的晕动病	54	“超级鼻子”令人羡慕	79
恼人的耳鸣	55	荒唐的以嗅判决	80
三块最小的骨头	56	古尸手握香囊是何意	81
咽鼓管作用与乘飞机吃糖	57	花香治病及其他	82
要保护鼓膜	58	气味影响行为	84
给耳屎记功	59	体香之谜	84
耳聆类型表明什么	60	老马识途与鼻子指南	85
耳廓上的学问	61	芝兰之室不闻香的道理	86
查一耳而知全身	62	各不相同的“人味”	87
没有耳朵可不行	63	人体气味的独特作用	88
从耳垂上能看到什么	64	何来逐臭之夫	89
姑娘为什么要戴耳环	65	鼻孔在轮流呼吸	90
害人的噪声	66	是否衰老看鼻毛	90
环境太静也有害	68	高鼻·矮鼻·长鼻	91
贝多芬耳聋之谜	69	鼻腔里的湿润剂	92
一块药棉使人耳聋 60 年	69	“呵嚏”一声话吉凶	93
		喷嚏的遗传、治病与致命	95



鼻子就怕不通气.....	96	避免亲吻	121
讨厌的鼻鼾	97	急救可用人中穴	122
心脏更爱大鼻孔.....	98	6. 博采众长的人类之齿	123
让鼻子“吃”药	99	我们嘴里的“鱼鳞”	123
4. 话说三寸舌	100	博采众长的人类之齿.....	124
三寸之舌强于百万师	100	博学者之蠢话	125
伸缩自如的好伙伴	101	牙齿虽小力量大	126
味蕾也会长在脚上.....	101	可能要告别人间的智齿	127
赤豆汤里加点盐的奥秘	103	大象之死与牙的寿命.....	129
味觉会选择“喜欢”的食物	103	一个人的“身份证”	130
确有食不知味人.....	104	凿齿风俗与芳汀卖牙.....	130
“小葡萄”引起了大灾难	105	武则天长牙改国号	132
从舌头看健康	106	奇牙怪齿知多少	132
奇舌一瞥	107	龋齿的四大因素	134
5. 唾液拾趣	109	怀孕妇女龋齿多	135
嘴里的三条溪流.....	109	“滑铁卢义齿”及其他.....	135
金津玉液功用多.....	110	“晋人齿黄”的缘由	137
唾液分泌与糕点测谎	111	牙齿黑亮又如何	137
细嚼最好 30 次	112	昔日治牙真怕人	138
唾液是一个人的信息库	113	一人牙痛而万人遭殃.....	139
唾液的其他用途	114	真有以牙还牙之事	140
常咽津液保健康.....	115	漱口·揩齿·刷牙	141
使人沉默的口吃病	116	简便易行的健齿方法.....	142
哑巴突然开了腔.....	117	7. 咽喉·颈脖·甲状腺	143
且看嘴上“两块皮”	118	请看咽喉要地	143
唇的作用与修补免唇	120	交通拥挤的场所	144

每天吞咽多少次.....	145	婴儿的哭声.....	170
忠实哨兵扁桃体.....	146	无声的表情语言.....	171
这里真是“病窝子”吗.....	147	9. 人体的司令部.....	172
两条银白色的带子.....	148	脑从何处来.....	172
大家都要经历的“变声期”.....	150	脑子是“冰箱”吗.....	173
闻其声而知其人.....	150	精巧、复杂的联络网.....	174
喉咙嘶哑有原因.....	151	高级领导下丘脑.....	176
呵欠的原因.....	152	功能众多的脑垂体.....	177
内分泌腺中的“老大哥”.....	153	奇妙的“松果”.....	178
怕冷、发火与甲状腺病.....	154	水垫脑脊液.....	179
别让甲状腺缺少碘.....	154	“蓝斑”的秘密.....	179
强筋壮骨的卫道士.....	156	脑袋大的人聪明吗?.....	180
为什么女子没有喉结.....	156	爱因斯坦的大脑.....	182
异样的颈脖子.....	157	人脑的性别差异.....	183
中小学生也要预防颈椎病.....	158	望梅止渴的道理.....	183
8. 颜面无声胜有声.....	160	神经的再生.....	184
一张不写字的名片.....	160	脑子也会“接触不良”.....	185
颜面无声胜有声.....	160	生物钟.....	187
给中国人的脸画个像.....	162	死亡腺之谜.....	188
望你一眼有好处.....	163	莎士比亚的问号.....	189
美容之心人皆有.....	164	智慧的仓库.....	190
当心美容变毁容.....	164	用功之时脑血多.....	191
脸的美丑问题.....	165	思想有多快.....	191
相逢一笑情谊来.....	166	可以“看见”你在想什么.....	192
“笑死牛皋”是可能的.....	167	用脑可防老.....	193
讨人喜欢的酒窝.....	168	人有几种智力.....	194
人为什么哭.....	169	智力从何而来.....	195



注意力是智慧的门户	196	中小學生要睡好覺	223
尋找記憶的場所	198	此頭应向何方睡	224
記憶是條件反射	199	與失眠作鬥爭	225
記憶的好壞	200	睡姿百態	226
提高學習效率的其他方法	201	日思與夜夢	227
要讓神童成英才	202	人人都做夢	228
左右大腦有分工	204	做夢有益	229
開發右腦的具體方法	205	真實的夢	230
學生的心理健康	206	夢的長短	232
癲癇與才智	207	噩夢的意義	232
離奇的“失憶人”	208	最難解釋的夢遊症	233
觀念、文化與疼痛	209	夢遊殺人有罪否	235
疼痛之門	210		
無痛人	212	二 心臟·肝膽·胃腸	236
不可思議的意念治病	213		
有害的語言	214	1. 人體里的風箱	236
真能嚇死人	214	肺的由來	236
羞怯性格	215	人體里的風箱	237
無形的“氣泡”	216	空氣進出的管道	239
怒氣具有兩重性	217	氣體交換站	240
10. 睡與夢	218	保護你的肺	241
為什麼要睡眠	218	生命之精	243
午睡的爭論	219	考生吸氧慎思量	244
春眠因何不覺曉	220	氧與蜻蜓大小	245
人體有無“瞌睡蟲”	221	落地一聲哭的意義	246
該睡多久	222	為什麼要打呵欠	247
		別讓蠟燭熄滅	248

现代麦克	250	心脏真能“不死”吗?	279
人工呼吸法	251	心脏与癌难结缘	280
让空气更洁净	252	割肉补心	280
肖邦之死	253	换心手术	281
吐痰的规矩	254	比登天还难的事	283
老翁咳弹等等	256	器官移植中的新课题	284
“免疫之王”	257	蒙娜丽莎的病	285
2. 生命的发动机	259	心脏的保健	286
人体的太阳	259	3. 多彩的血色	287
有心本从无心来	260	生命就是血	287
生命的发动机	261	多彩的血色	289
爱因托芬与心电图	262	血的“故乡”	290
一只血泵	263	红河血量知多少	291
心脏的样子和位置	264	环绕地球两周半	292
姊妹内脏皆易位	266	30 秒与千余年	293
心音和杂音	267	哈维的贡献	294
真心痛与假心痛	268	一生辛劳的红细胞	296
心脏也有智能	269	善堵伤口的“工程兵”	298
心跳次数知多少	270	杀敌勇士白血球	299
“永不疲倦”之谜	272	摄影师提供的证据	300
有人能让心脏停跳	273	血液的家庭成员	302
搭脉的故事	274	从教皇开始的事	302
吻死新娘的教训	275	兰德斯坦纳发现了秘密	303
并非娇嫩的器官	276	能不输血就不输血	305
“石头心”	277	动植物也可能给人输血	306
维萨里的悲剧	278	“滴血认亲”	307



血型的多和少	309	食物的通道	336
血型改变及其他	310	“意外事件”	337
血型真有好坏之分吗	311	谨防食物走错道	338
里根采取的办法	313	慢食有益健康	339
为了挽救他人生命	315	食物必须煮熟吃	340
牧师游戏引出的问题	316	一只肉口袋	342
放血·换血·加血	318	圣马丁的胃	343
人体中的铁为何不生锈	320	又一个圣马丁	344
学生也要防贫血	321	可溶化刀片的胃酸	344
4. 重要的化学工厂	322	奇妙的“魔术师”	345
大 10 倍的肝脏	322	食量、酒量有多大	347
重要的化学工厂	323	胃有几个	348
了不起的解毒器	324	打嗝与嗳气	349
人体的血库	325	肚子饿了咕咕叫	350
胆汁的制造所	326	断食后还能活多久	351
肝脏的“叶片”	326	不靠肠胃照样“吃”	352
“叶片”缺失与肝脏再生	328	有限的本领	353
肝大并非都是病	328	胃的“看门人”	354
危害肝脏的小病毒	329	诺贝尔奖看上了幽门螺杆菌	355
癌中之王	331	6. 歌唱的肠子及其他	358
祸福·忠义·爱情	332	养分在这里被吸收	358
生活中的养肝之道	332	几百万根“吸管”	359
5. 一只肉口袋	333	重要的十二指肠	360
人体的“情绪器官”	333	中国人发现的第一个激素	361
何以天天要吃饭	334	有用的“蛔突”	361
吃进的食物哪去了	335		

紧张可致阑尾炎.....	362	8. 膀胱与尿	388
63 年后得到的勋章.....	363	泌尿道上的细长管子.....	388
罗戈佐夫的不寻常手术	364	我国尿石病的特点	389
歌唱着的肠子	365	袁世凯之死.....	389
大肠一瞥.....	366	膀胱再生与三个膀胱.....	390
“钟摆”与“集团”.....	366	胎儿也撒尿.....	392
“十人六痔”	367	苦不堪言的膀胱炎	392
肠道里的有益细菌.....	368	请化验小便.....	393
蛇和寄生虫	369	自己的尿流如何	394
讨厌的便秘	371	五花八门的膀胱异物.....	395
无聊玩笑胀破肠.....	372	德赛的呼吁.....	395
消化道里的气体.....	373	体内“仙药”贵如金	397
亚里士多德的古怪行为	374	尿闭与导尿.....	398
屁臭和“闻屁而喜”	375	9. 脾·胰·胆·脐	399
腹腔卫士大网膜.....	377	脾的作用	399
何来“小肠气”	377	中医所说的“脾”是什么	400
“腹脑”与腹痛	378	无脾人与多脾人	401
7. 肾脏和它的“帽子”	380	不堪一击的器官	401
腰后部的“两粒蚕豆”	380	我们的胰腺.....	402
五种主要功能	382	显赫于世的胰岛素	404
肾脏的“帽子”	383	奔向死亡的新型兴奋剂	405
突发的大力从何而来	383	为什么尿变甜了	406
出卖肾脏和肾脏被盗	384	肝脏的亲密邻居	408
换肾女子变男子.....	385	黄绿色的胆汁	409
肾脏的多少及其他.....	386	胆道里的石头.....	410
关于肾脏的奇闻.....	387		



吓破胆.....	412	2. 人体的支架	440
人人都有肚脐眼.....	413	骨的进化和功用.....	440
护脐要比露脐好.....	414	人体骨头有多少.....	440
脐带的新用途.....	415	模样和构造.....	441
三 骨骼·肌肉·皮肤	417	加长与增粗.....	442
1. 高矮胖瘦	417	软骨、软骨病和“软骨人” ..	443
人的正常高度.....	417	奇特的“玻璃姑娘” ..	444
身高的控制机关.....	418	脆弱的骨头.....	445
高个子与巨人症.....	419	骨折预防六要诀.....	446
影响身高的多种因素.....	420	骨溶症与无骨人.....	447
生长“加速”现象.....	422	3. 头颅·脊柱·肋骨·关节	449
高矮的秘密.....	423	观察头颅.....	449
今人个子超古人.....	424	身体的大梁.....	450
代代高弊多利少.....	426	颈椎之病.....	452
切勿不惜代价想增高.....	427	脊柱里的“蜈蚣” ..	453
由高变矮.....	429	站正自己的身体.....	455
特矮的人.....	430	呵护脊柱.....	455
侏儒的苦恼.....	431	生活中如何防腰痛.....	456
矮个的优势.....	432	直立的利弊.....	457
超级胖子压坏秤.....	433	臀与打屁股.....	459
印军的减肥条令.....	435	男女的肋骨一样多.....	460
胖瘦的原因.....	436	最长的股骨.....	461
不可刻意求瘦.....	437	两根铁柱.....	462
老来瘦未必是福.....	438	佛骨舍利.....	463
正常的体重是多少.....	438	洋人也有膝盖骨.....	464
		关节的功能.....	465

气象预报器	466	6. 脚的研究及其他	493
4. 手是万能的	467	有决定意义的一步	493
从猿“手”到人手	467	一生要走多少路	494
手是万能的	469	脚的研究	496
智慧就在手指上	469	对脚的测量	497
作用最大的指头	470	百米纪录与人体极限	498
手指感觉真灵敏	472	走路·速度·经济	499
指纹的意义令人吃惊	473	益智防病谈散步	500
多指·并指·缺指	474	脚趾之奇	502
手形各不相同	476	别让足弓消失	503
手相——科学还是迷信	477	大脚和小脚	504
臂手是一家	478	赤脚踏火之谜	506
假如肢、指断离	479	能干的脚	507
让肢、指再生	480	选双合适的鞋	508
我们为什么善用右手	481	请洗脚上床	510
左撇子好吗	483	7. 我们的“第二心脏”	511
有趣的手势语言	484	身上的“老鼠”	511
老人有根手杖好	486	肌肉代表力量	513
“延长手指”	487	气力大小原因多	514
握手要慎重	487	我们的“第二心脏”	516
流水洗手一分钟	489	疲劳问题	517
5. 指甲知识	490	素食者的耐力是否比荤食者强	518
长个不停的指甲	490	嫦娥奔月带来的麻烦	518
指甲之长真难得	491	8. 理想的外衣	520
诺贝尔的“最大优点”	491	人体最大的器官	520
从指甲看健康	492		



理想的外衣	522	我们能耐几分热	552
“金人”的悲剧	523	适应寒冷	554
肤色不同的缘由	524	10. 满头青丝竟如何	555
变色人	525	头发一年长多少	555
猪皮与皱纹	526	功能何在	556
我们为什么怕痒	528	长发冠军	557
抓挠背部	529	一发与全身	558
触摸的好处	530	力有千钧	560
头上长角和身上生刺	531	朝如青丝暮成雪	561
无用的尾巴	533	银发婴儿	562
用花纹装饰皮肤	534	因何白了少年头	563
让人惊奇的人皮书	535	可让白发变青丝	564
我们需要晒太阳	537	令人烦恼的“不毛之地”	565
人与动物的又一种区别	538	“秃头是国宝”	566
硬毛和毳毛	540	古人可能少理发	567
多毛和无毛	541	剃光头与戴假发	568
痣的知识	542	11. 胡子问题	569
“青记”是怎么回事	543	由角变成的胡子	569
9. 汗与冷热	544	何以男子称须眉	570
粒粒汗珠为哪般	544	胡子的政治作用	571
各式各样的汗	546	脸上的装饰品	572
不出汗的人	547	四 男女·生育·寿命	574
汗是香料和药物	548	1. 男女有别	574
冷点·热点·感觉	548	男女有啥不同	574
关于体温的一本“账”	550		
体温·气温·效率	551		

第三性征与“第三性人” ...	575	“诺贝尔精子库”	601
“阴阳人”	576	在“特殊世界”里培养的	
奇怪的“性别逆转”	578	婴儿	601
性别比例的问题	579	威胁男性生殖的“杀手”	603
影响性别的因素	580		
谨防“易性病”	582	4. 女子性器官	604
正确接受性教育	583	女子阴部的“角色”	604
2. 男子性器官	584	人人都住过的“家”	605
制造精子的工厂	584	多事的“宫殿”	606
“阉人”的痛苦	586	残酷的“女子割礼”	608
隐睾及其他	587	处女之膜	609
输送精子的通道	588	人卵之巢	610
且说前列腺	589	最大的细胞	612
功能强大的前列腺素	591	精卵相会在“鹊桥”	613
男子繁衍后代的工具	592	女孩也要防癌	614
勃起诸原因	593	5. 月经与白带	614
犹太民族的好习惯	594	月经的“来历”	614
迷信引起“缩阳症”	595	月经和初潮	616
3. 精液里有什么	596	排卵性出血	617
精液里有什么	596	痛经——女性常有的	
遗精是正常现象	597	烦恼	617
体内最小的细胞	598	伴随月经而来的问题	618
精子的生命力	600	“经戒止”以外	619
		白带	620



一 大脑 · 智慧 · 五官

1. 你能看多远

奇妙的器官

人身上有一双奇妙的器官，它能帮助我们知道万物之多，懂得天地之大，它是我们认识世界的“窗户”，了解万事的“镜子”。

它的名字叫眼睛。

眼睛的作用是能够“看”，医学上称之为“有视觉能力”。

视觉能力是种统称，它有中心视力和周围视力之分。具体包括：一般视力，即静止视力；对前后运动物体的视觉能力；对左右运动物体的视觉能力；以及瞬间视力、对比视力和眼手协调运动能力等。

因为有了一双眼睛，大量的客观事物才能反映到人类的头脑里。人的脑子不断受到刺激和锻炼，促进了重量的逐渐增加和质量的不断提高。而脑子的发达，对人类的进化起着决定性的作用。

今天，人类创制出了高倍的电子显微镜和各种天文望远镜，使我们能看到分子的结构和 150 亿光年外的天体。精巧的内窥镜，能使我们看到搏动着的心脏和母腹

