

少年馆 01

所有孩子都爱不释手的百科全书

✓耳屎

✓眼屎

✓鼻涕

✓口臭

✓屁

✓小便

✓大便

✓脓

✓蚊子

✓苍蝇

✓蛆

✓蟑螂

✓蜘蛛

✓鼻涕虫

✓蛇

✓蝎子

✓蜥蜴

✓鳄鱼

✓秃鹰

✓蝙蝠

✓食人族

✓木乃伊

✓细菌

✓病毒



连续7年稳居亚马逊网站少儿百科类榜首

蛤蟆般的皮疹：13页

恶心的食物：174页



恶心之物 百科全书

在最恶心的事物中 探索科学的奥秘

[美] 乔伊·玛索夫◎著
Joy Masoff

特里·塞勒尔◎绘
Terry Sirrell

灵思泉 徐晓◎译

鼻涕：137页



蟑螂：99页

陕西师范大学出版社



亚马逊网站畅销 4 100 000 册 全球 20 多个国家引进出版



给男孩的危险手册

欧美最新流行的领袖男孩培养法（特别适合 6—12 岁男孩）

100 个小技能，让男孩与众不同

欧美最新流行的领袖男孩培养手册

告诉你剑桥男孩是怎样炼成的！

终于有一本从 6 岁到 60 岁的“男孩”都爱不释手的剑桥男孩手册了！
暂时关掉游戏机和电视，学点需要胆量的技能，玩点儿与众不同的游戏。
和爷爷、爸爸一起挑战剑桥男孩的 100 种“危险”！
和孙子、儿子一起重温儿时成长的征服乐趣！

放手让你的男孩在“危险”中锻造男子汉气概，锤炼勇气和独立精神！

本手册不仅教男孩怎样从险境逃生，还教他们怎样制造“危险”；不仅教男孩锻炼强壮的体魄，还教他们锻炼机灵的头脑；不仅教男孩正确的学习技巧，还教他们个性有趣的玩法……

全书涵盖运动、游戏、探险、手工、文学、生活、才艺等七大方面剑桥男孩必修科目，以生动活泼的文字，富有童趣的插图，把你的孩子培养成领袖型的剑桥男孩，接受小伙伴们的崇拜吧！

[英] 居伊·麦克唐纳德
多尼克·恩赖特 / 文
[英] 尼基·卡特洛 / 图
刘洋 / 译
陕西师范大学出版社
ISBN 978-7-5613-3917-6
定价：19.80



给女孩的神奇手册

欧美最新流行的超凡女孩培养法（特别适合 6—12 岁女孩）

100 个小技能，让女孩与众不同

欧美最新流行的超凡女孩培养手册

告诉你剑桥女孩是怎样炼成的！

终于有一本从 6 岁到 60 岁的“女孩”都爱不释手的剑桥女孩手册了！
暂时关掉游戏机和电视，学点神奇的小技能，玩点儿与众不同的游戏。
和奶奶、妈妈一起学习 100 种超凡的秘密特技！
和孙女、女儿一起回到豆蔻年华做个随性而为的小精灵！

放手让你的女孩在生活中做一些有益的“冒险”，培养阳光气质，锤炼勇气和独立精神！

本手册不仅教女孩怎样应付危急境况，还教她们怎样制造“麻烦”；不仅教女孩锻炼强壮的体魄，还教她们锻炼机灵的头脑；不仅教女孩正确的学习技巧，还教她们个性有趣的玩法……

全书涵盖才艺、手工、文字、探险、生活、美容、游戏等七大方面剑桥女孩必修科目，以生动活泼的文字，富有童趣的插图，把你的孩子培养成超凡的剑桥女孩，接受小伙伴们的崇拜吧！

[英] 朱莉安娜·福斯特 / 文
[英] 阿曼达·恩赖特 / 图
尹淑荣 / 译
陕西师范大学出版社
ISBN 978-7-5613-3917-6
定价：19.80

图书在版编目 (CIP) 数据

恶心之物百科全书 / (美) 乔伊·玛索夫著;

特里·塞勒尔绘; 灵思泉 徐晓译.

—西安: 陕西师范大学出版社, 2007.12

ISBN 978-7-5613-3823-0

I. 恶… II. ①玛… ②塞… ③灵… ④徐…

III. 科学知识—青少年读物 IV. Z228.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 153461 号

图书代号 SK7N0971

版权登记证号 / 陕版出图字: 25-2007-067 号

版权所有 违者必究

项目创意 / 设计制作 / 紫圖圖書 ZITO®

First published in the United States under the title:
OH, YUCK: The Encyclopedia of Everything Nasty

Copyright © 2000 by Joy Masoff

Illustration copyright © by Terry Sirrell

This Simplified Chinese edition

Published by arrangement with Workman Publishing Company, New York

恶心之物百科全书

[美] 乔伊·玛索夫 / 著

特里·塞勒尔 / 绘

灵思泉 徐晓 / 译

责任编辑 / 周宏

出版发行 / 陕西师范大学出版社

经销 / 新华书店

印刷 / 北京中印联印务有限公司

版次 / 2007 年 12 月第 1 版

2007 年 12 月第 1 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 14 印张

字数 / 160 千

书号 / ISBN 978-7-5613-3823-0

定价 / 28.00 元

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换

噢！那叫一个恶心！

Oh, Yuck!

恶心之物百科全书

THE ENCYCLOPEDIA OF EVERYTHING NASTY

没有最恶 只有更恶

[美] 乔伊·玛索夫 / 著
Joy Masoff

特里·塞勒尔 / 绘
Terry Sirrell



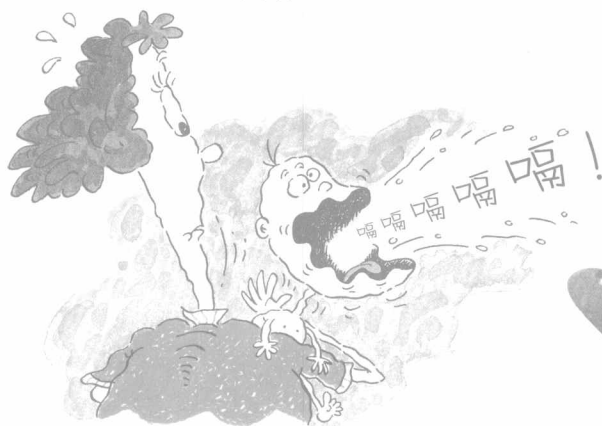
灵思泉 徐晓 / 译

陕西师范大学出版社

谨以本书献给我所爱的人们……

在担任幼童军第154团的团长和训导师的多年间，我曾有幸听到过伴随恶臭此起彼伏的放屁声，也有幸不断地听见有人讨论诸如谁谁在午餐时喷饭了之类令人作呕的话题。我对这些话题深恶痛绝，但之于这些孩子们，这些话题是有多么有趣。担任女童军第2340团的团长时，我发现这些话题可不单单是“男孩”的喜好，女孩们的口中可以吐出更恶心的东西。

因此，我谨把这本恶心大全献给那些可爱的男孩和女孩们，尤其是我的儿子艾历克斯·斯考尔尼克(Alex Scolnik)和女儿娜塔莎·斯考尔尼克(Natasha Tish Scolnik)。他们对奇闻轶事的求知欲常使我吃惊。我同样要感谢我的老公——卢(Lou)，对于我在吃饭时挑起的令人起鸡皮疙瘩的捣乱饭局的谈话内容，他总是予以无限的忍耐。



致谢

帕

梅拉·阿德勒·戈尔登 (Pamela Adler Golde) 是我忠实的助手，没有她我不可能完成本书。她是一位不知疲倦且充满激情的研究员，是她发现了大堆恶心的事，这才使得这本书这么有趣。

特别要感谢古怪而疯狂的皮特·瑞丘医生 (Dr. Peter Richel)，每每遇到医学上的问题他总显示出对人体的全面了解。

感谢沃克曼出版公司 (Workman Publishing) 的编辑玛戈特·赫瑞拉 (Margot Herrera) 和提姆·普莱里 (Tim Prairie)，他们泰然自若地论述了菌类的方方面面，表现出极大的耐心和很强的工作能力。还要感谢设计师丽萨·霍兰德 (Lisa Hollander) 和克里斯特恩·诺伯斯 (Kristen Nobles)，他们把生活中令人毛骨悚然的一面如此生动地展现在大家面前。

现在，我想是时候停止聒噪、畅所欲言了！

目录

导言 警告：本书恶心至极9

1. 皮肤：腐败污秽的停尸场

粉刺 当心，疹子就要冒出来了！

.....11

皮疹 皮疹，水泡，还有疣。哦，我的神啊！13

头皮屑 四季飘飞的雪19

体垢 要不要给你的吐司面包加点儿脚趾垢？22

体味 我流汗，我发臭23

污秽的臭脚 错误的一步26

2. 会喷“屁屁”的脑袋

耳屎 黏糊糊的巨大无比的褐色块状物28

眼屎 睡眠先生邂逅黏液先生32

鼻涕 你以为它是糖果，非也，鼻涕也。37

打嗝 就这样打了个嗝儿40

呕吐 随身带只呕吐袋子——真够恶心的42

痰 痰的地盘，欢迎光临！47

口臭 一觉醒来口吐恶臭51

3. 难以启齿的“那些”事儿

屁 从身体下面打的嗝55

小便 他们叫我“美味的黄酒”58

大便 一堆废物62

脓 绿色的、黏糊糊但有益健康的
东西65

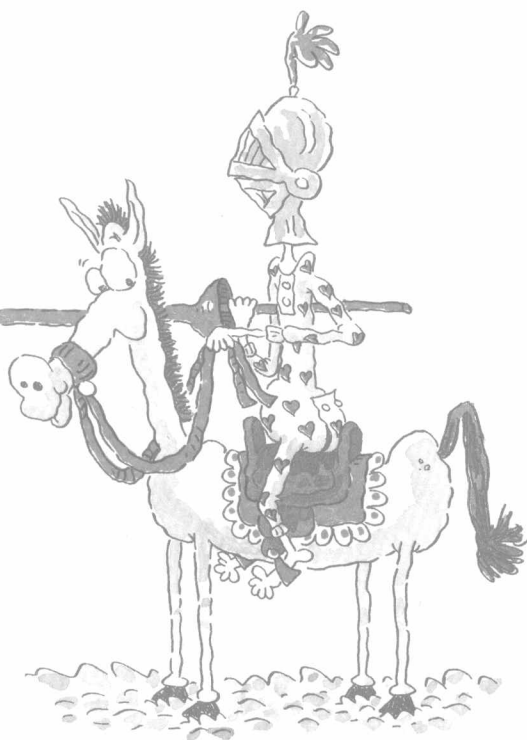
痂 一层硬壳66

血 这么恶心的东西却如此
有益68

4. 其实，你养活了一群吸血鬼

寄生虫 猜猜谁要来赴宴！71

虱子 小心你的头！73



跳蚤 这家伙在跳跃！	76
扁虱 一群吸血鬼！	79
蚊子 仲夏夜的惨叫	82
螨虫 显微镜下的可怕大胃王！	85
水蛭 一场血宴！	86

5. 虫临天下“恶”四散

令人作呕的虫子 嗡嗡作响，或闷声不响	90
苍蝇 呕吐物和尿液：苍蝇的一天	93
蛆 腐烂的死鹿？喔！开心吃吧！	96
蟑螂 纳闷，它们怎么靠着只吃垃圾就活了一亿三千五百万年	99
蜘蛛 并非所有蜘蛛都只丁点儿大！	103
鼻涕虫 裸体蜗牛的告白	108
蚂蚁 有蚂蚁就没野餐	112
甲虫 夜晚嘎吱嘎吱响的东东	114

6. 水中的“恶”魔， 你喝的水里有……

鳗鱼 滑溜溜、黏糊糊的群居鱼种	118
水母 穿上你的连裤袜去潜水吧！	122

奇形怪状的鱼 游泳或被吞食	125
令人作呕的海鲜 不是故意让你倒胃口	129

7. 散旦使者之“恶”毒猛兽

蛇 毒牙的探戈	133
蝎子 死亡之迷你妖怪	138
鳄鱼 从世界之王到沼泽之物	141
蜥蜴 放松，把你的尾巴脱掉	143
秃鹰 路边吃死尸的哈巴狗	145

8. 恶心，还是可爱？难办啊！

蝙蝠 一种鸟，一种飞行器，抑或一种长有绒毛的哺乳动物？	148
老鼠 长尾，尖牙——疾病的传播者	151
裸鼯鼠 粗陋而强悍的软皮动物	154
蚯蚓 蠕动的意大利面条！	156





臭融 腐败的气味.....158

9. 惨不忍睹的文明

食人族 要不让他们吃了.....

佛瑞德？.....161

木乃伊 你是我的妈咪吗？.....164

干瘪的头颅 脑袋的梦魇.....167

肮脏的药物 只会痛一下.....168

恶心的食物 假如你觉得椰菜变质了
.....174

惨不忍“食”的肉 苏打薯条乳酪拌眼珠
.....176

可食的臭虫 服务员，我的虫子里有
点汤！.....181

马桶 高贵的“一冲”.....185

恐怖时尚 比姑姥姥的装束还古怪的

穿着.....190

10. 自然的杰作

细菌 益菌、有害菌和发恶臭的细菌.....193

病毒 身体掠夺者的入侵.....198

真菌 在我们中间有个蘑菇.....201

流沙 我正在下沉，起不来啦.....203

柏油坑 陷入覆辙的深坑.....205

讨厌的植被 可怕的花和报复性的藤蔓
.....207

11. 恶心就要做出来

倒胃口的食谱 今日推荐：恶心大餐
.....211

X-实验 自己造粪肥.....214

参考资料.....215

图片版权.....217



导言 (INTRODUCTION)

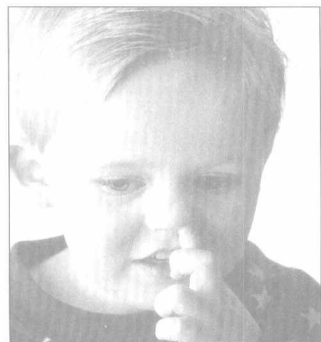
有什么比放屁、打嗝和挖鼻屎更有趣

呢？这些有趣的事物和诸多其他上百种实在恶心的事物尽在本书。事实上，只要是黏糊糊、湿乎乎的东西，或只是有一点令人厌恶的东西，你都不会在这些书页中错过。

就让我们勇敢地面对它们吧！这世界确实充满了龌龊污秽的东西。粉刺和蚂蚁、呕吐物和蝙蝠、食人族和蟑螂，这些只不过是沧海一粟。这个世界上污秽的事物可以排满整个字母表，而它们就在本书中。最重要的是，本书能教给你有关所有这些恶心事物的科学知识，当你和朋友以及亲人们在一起的时候就有的炫耀了。比如说，光侃侃大便和蛆也够他们晕的。

就从你的身体开始吧

是不是有片片头皮屑掉落在你的肩膀？对了，耳朵呢？那些从耳朵里挖出的黄褐色、黏糊糊的一团儿是什么？鼻



看起来这个孩子挖完鼻屎后很可能会吃掉它。硬硬的鼻涕——美味极了！

警告： 本书恶 心至极

子呢？有谁没有用指尖在里面来回地抠过呢？哦，对了，还有嘴！只要早上一起床不对着别人呼气，你就很容易知道嘴巴里都有什么了。……还有呢？你的肚脐里满是秽物，脚趾之间藏匿着的也都是些奇怪的东西，但我们还没有开始谈论发生在腰间和膝盖之间那些令人胆战心惊的事呢。

然而你将发现，身体里里外外那些最令人作呕的事物却可使你保持健康：从膝盖的疤下冒出来绿色的、糊状的脓表明你的身体正在为阻止传染而奋斗着；从鼻子里流出的鼻涕是在护送一些不受身体欢迎的病毒或细菌出鼻孔……人体真是一架神奇的小型机器！但当你知道它让你生存的方式时，它又是那么让人敬畏。它比一辆流线型的跑车更酷，比强大的电脑更强。当然，前提是它不发痒也不撒尿。

我们周遭的世界又是怎样的呢？

自然界充满了无奇不有的生物——庞然的甲虫、讨厌的水蛭、黏糊糊的鼻涕虫和巨型的真菌，更别提屎壳郎、吸血生物和皮肤癣了，这已足够使人惊讶的了！

尽管如此，动物界的恶心之物并不是一无是处。比方说，假如没有那些令人作呕的秃鹰、蛆和甲虫吃掉它们最爱的动物尸体，人类将不得不与成堆的烂

噢！那叫一个恶心！



当被海鳗咬住的时候，它绝不会松口——除非你砍掉它的脑袋，打碎它的下巴。

臭尸体一起生活。一旦你认识到它们的本事之后，就不会认为它们那么恶心了。

就算历史也同样承载了许多令人作呕的时刻

也许你认为学校里被堵塞而溢出的马桶是相当恶心的。当然你是对的！可是想象一下几百年前人类是怎么生活的吧。那时没有室内卫生间（噢，可要小心你脚下哦！）、没有浴室（是不是有什么东西死在这里了，还是那不过是我的腋窝发出的气味？）、没有电冰箱（你会喊：妈妈，我不喜欢吃长蛆的食物！）。想象一下那时的人们扑粉时扑的是使人中毒的粉吧，它们使人变得苍白。再想象你可能听从医生的建议，每三小时喝一杯山羊尿。相信我，你在本书中看到的历史绝对

不会无聊。在你学习这令人作呕的历史课时注意这样几个字眼：腐烂的过去。



你不会想要这些东西呆在你的冰箱里

我打赌，有些时候，当你垂头看着餐盘时会想：“噢，不会吧！又是利马豆。”先别这么说，还是先看看世界各地五花八门的食物吧。你会发现昆虫、蚯蚓和猴脑都可能出现在菜单上。让我告诉你一件事吧，如果你为一个正在品尝炸蝗虫的人献上一根蘸酱烤肠的话，他很可能作呕的。

于是乎，这就是底线了。这世界上某些最令人厌恶的事物却有着重要的作用和价值。事实上，正是这些恶心的东西使这个星球保持平衡。一些恶心的事物实际上却带给人们欢愉：你肯定

知道有些人养着宠物狼蛛或大蟒蛇，

不是吗？而那些吃油炸蚱蜢的人

是喜欢蚱蜢的！那么，

就请继续阅读去发现这世

界上最恶心的东

西所带来的好

处吧！



油炸蚱蜢——嗯嗯，嗯
嗯，太好吃了！

1. 皮肤：腐败污秽的停尸场

粉刺 (ACNE)

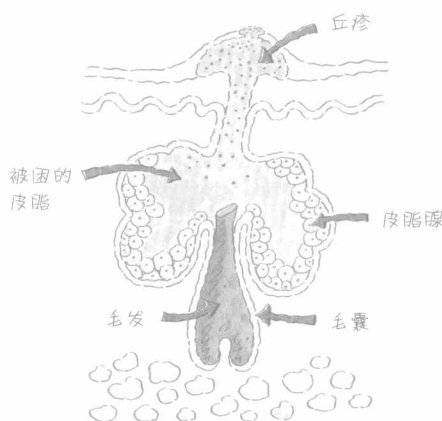
当心，疹子就要冒出来了！

生活总是和我们开着各种各样残酷的玩笑——多汗的腋窝、口臭，还有体育课。在所有“不公平”之列中，丘疹赫然榜上有名。当你开始对异性感兴趣时，有天早上醒来，你可能发现自己看起来像是来自日本的某部恐怖电影。

腺体

所有的烦恼都随着青春期一起降临。在青少年时期，你的身体会释放大量男性荷尔蒙，它是一种神奇的性激素，它们会使男孩的声音变得低沉并长出酷酷的胡子，使女孩身体的各部位拥有曼妙的曲线。但是，它们同

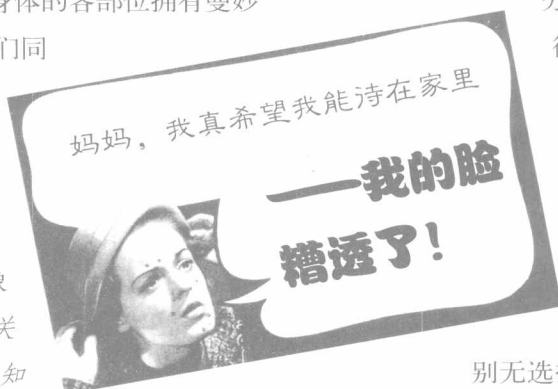
样也会使你皮肤下的脂肪腺变得十分活跃。这些腺体会分泌皮脂，看起来就像块状的脂肪（有关更多皮脂方面的知



识请参阅 19 页“头皮屑”）。

皮脂可以滋润皮肤，使皮肤富有弹性（没有皮脂，你看起来就跟一只蜥蜴无异）。但皮脂分泌过多会使情况变得一塌糊涂，有时皮脂又厚又黏——这有点像是蛋糕中用来代替鸡蛋清的花生酱。

分泌过多的皮脂会变得很黏并阻塞周围的汗腺和毛囊。于是，会正常脱落的皮肤死细胞被堵在里面，出不去了。为了给它们腾出地方，小囊别无选择，只能往外伸展。



当你没意识到要发生什么，正盯着痘痘发呆时，一堆“火山”就要喷发了……而这恰恰发生在你的鼻尖上！

当你皮肤的油脂排泄通道被混杂有死细胞和成堆细菌的厚厚的油脂帽所阻塞时，恭喜你，你已经很“荣幸”地拥有了一颗粉刺。如果堵塞毛孔的皮脂延伸到你的皮肤表面并穿透皮肤，遇到空气它就会

变黑，即是黑头粉刺。很



有趣，不是吗？如果堆积的皮脂仅仅在皮肤下面，接触不到空气，那你仅仅有一个白头粉刺。

黑头粉刺和白头粉刺同样令人讨厌。但是在所有令人烦心的事情中，它们不亚于当你想看一部超酷的动作片而弟弟却哭闹着要看什么愚蠢的动画片时的那种痛苦。或者说，丘疹，也叫粉刺，带来的痛苦也不亚于要跟那讨厌鬼永远待在教室里的痛苦！啊，无赖，真无赖！

挤还是不挤

要 抵制住一切冲动不去按、推、挤，也不要以任何其他方式去碰那可怜的小疙瘩。和它的斗争会伤害周围的皮肤，使细菌疯狂地扩散，最后给你浴室的镜子上留下一片狼藉。所有的医生都说“不，不，不要挤！”，假如你没有听见我刚才所说的，那么现在听我说，不要挤！

让我们回到那被堵的腺体。假设它不断地膨胀、膨胀，后来皮脂就会变异成游离脂肪酸。游离脂肪酸和你的身体相处得可不融洽，说得温和一点，这东西让人恼火。然而细菌却喜欢蚕食它

们。据说23号高地有一堆好吃的，于是成群如饥似渴的细菌便蜂拥而至，一颗高耸入云的粉刺就这样产生了。（更多关于细菌的肮脏行径翻阅第193页。）

经过细菌的啃噬之后，那些大大的红色肿块就会覆盖上一层又白又黄又绿的东西，这东西就是所谓的“脓”。脓是由前来杀菌的白细胞形成的。要知道杀死细菌可是白细胞的拿手绝活。（更多关于白细胞的大胆冒险翻阅65页“脓”。）

战“痘”宝典

如果你某天早上醒来后发现自己看起来像是隔夜的意大利香肠比萨，你会怎么办呢？首先，不要惊慌。紧张也会使荷尔蒙有那么点不安的，惊慌只会带来更多的麻烦。所以，一定要保持冷静。然后可以试试下面的补救方法。

一天内使用抗菌肥皂多洗几次脸，但不宜洗得过频。（如果洗的次数太多，会使肌肤表层过分缺水，而皮肤太干会使皮肤分泌更多的油脂来补充失去的水分！）

非处方药物（OTC，不需要医生的处方，可在药店柜台直接购买的药）可以帮上点忙。一些非处方药物可以遮盖粉刺的红肿，但它们不会使你变老，当然衰老最终一定会到来。你会发现随着年龄的增长，你的激素分泌最终将趋于稳定，你的皮肤就不再如此油乎乎的了。即使这种方法不管用，也不要放弃希望。皮肤病方面的医生，称为皮肤科医生，能开一些使那些不安分的激素平静下来高效药物，以使你的皮肤彻底洁净。

记住，每个人都

会不同程度地遭受丘疹的困扰。少数幸免的人将可能会更早地出现皱纹，当他们四十岁的时候，会看起来像是一个皱皱巴巴的干梅子。瞧，这有没有使你感觉好点呢？

皮疹 (SKIN ERUPTIONS)

皮疹，水泡，还有疣。哦，我的神啊！

啊！你整个腿上长着的这些红红的隆起的

肿块是什么呢？这些肿块很痒，一直都很痒！痒得你简直想把皮都撕下来。每个人都叫你不要抓，但是你脑子里的声音比他们所有的声音还要大。你在脑中呼喊：“抓吧，尽情地抓吧！”这样，你该听谁的呢？

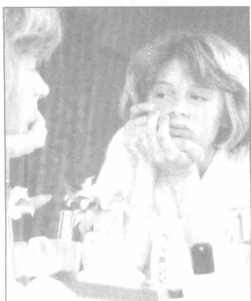
皮肤的分层

你的皮肤就像是你身体的房子，保护着你身体的内部不受外部的伤害。它能抵御寒冷；当你体内变得太热，它就像“空调机”一样给你降温；它甚至还有一

蛮荒岁月

在过去（比如说20年前），皮肤医生认为吃油炸（记住，“油炸”一词是指浸在油里炸）食品会使身体增加油供给量。巧克力是另外一种脂肪含量很高的食物，也不能吃。所以孩子们老是被告知不要吃他们爱吃的东西。当然了，医生的建议简直就是一派胡言。孩子们并没有因为吃炸薯条和巧克力条而弄得满脸都是油！所以，除非你把炸鸡或是融化的巧克力棒弄得满脸都是，否

则食物在这场戏里可设什么戏份。皮肤问题的罪魁祸首是荷尔蒙，除非你长大，不然你拿它可设什么办法！

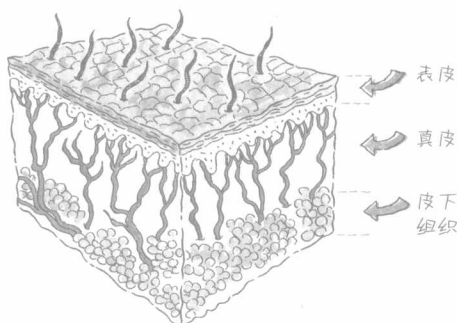


个“垃圾处理器”，帮你把人体排泄物清理出去。

皮肤实际上是一个器官，是你身体上最大的器官。嗯，它们确实在辛苦地工作！每平方厘米皮肤上有几百万个细胞，上面的神经末梢也是一刻不停地感应着冷热和疼痛。皮肤上有很多油腺、汗腺和毛囊（为了更多的了解毛囊，请参阅19页“头皮屑”）！

和蛋糕一样，皮肤也分为两层。上面的一层，也是你能看到的那层是**表皮**。表皮又分为三个小层：最上面一层是死皮肤细胞，下面两层是新生细胞。皮肤各层细胞就像前方阵线一样，一部分细胞抵挡一阵后就累了、撤退了，另外一部分新来的、有活力的部队又补上去继续保护你。最底层的细胞大概一个月过后就会被推上前线，移到皮肤最上层。

表皮层以下就是**真皮层**，它是你皮肤中最大的部分，由**胶原蛋白**这种蛋白

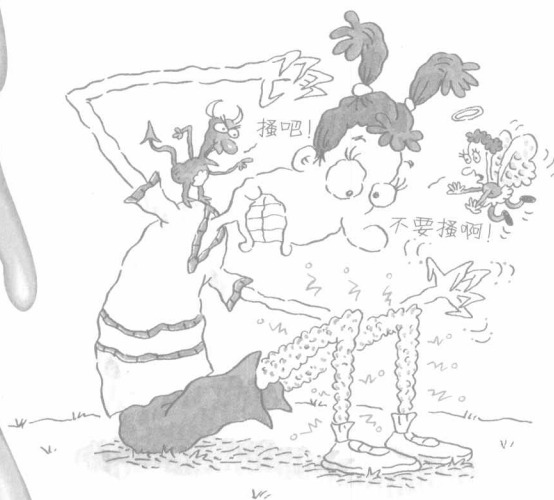


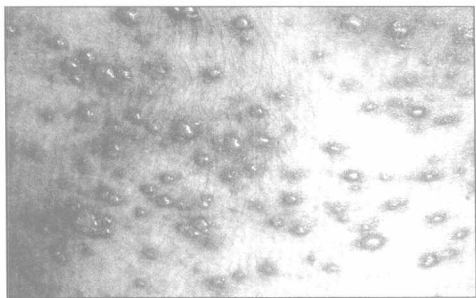
质和**弹性蛋白**这种强力纤维共同组成，就像弹性森林一样，这就是为什么皮肤可以随着你的成长（或是在吃太多万圣节糖果而发胖时）而伸展。还有血管、肌肉细胞、神经纤维和一些其他的东西藏在“弹性森林”里！

真皮的下面是**皮下组织**。大部分是脂肪，有绝缘和保护的效果。油腺、汗腺都扎根于那个地方。

所有的皮肤表面都需要保护，但总有很多地方的皮肤会出乱子。让我想想，从那里开始说呢？最开始可能只是毒常春藤引起的斑疹，还有痱子、湿疹、麻疹、水痘和脓疱病。但是那只是个开始，之后皮疹可能从皮肤表面的斑点一直恶化，直到皮肤深处也受到感染。（翻阅第71页“**寄生虫**”和第1页“**粉刺**”了解其他的皮肤刺痛病；207页“**讨厌的植被**”了解更多有关毒常春藤和它的好朋友的事。）

当你的皮肤接触了一些它不喜欢的东西时，都有可能长出一些皮疹。那些东西可能是森林里或者留在便宜珠宝上的怪东西。这又叫**皮炎**——DERMATITIS，





奇痒无比。极其难看的水痘是由一种讨厌的病毒引起的。

“Derma”是皮肤的意思，“Itis”是发炎的意思，连起来就是皮炎。

更痒了？

大热天或者一个过分热情的体育教练都会让你搔个不停！太热就会导致太多的汗水，汗水会抑制表皮层最上面的细胞被替换，本来那些细胞应该剥落了，现在却停顿下来留在原地，形成了一堵阻止新产生的汗液向外流出的墙。被汗包围的细胞热得不能忍受了，它们生气了，并通过膨胀来反抗。不知不觉中，你已经染上痱子啦！

某些食物或者药物也会使你的皮肤疯狂地作出过敏反应——**麻疹**。身体通过释放一种可以加宽血管的组胺来帮你，使救援队——白细胞可以在交通顺畅的情况下快速地到

达救援地点！但是，那些流到救援地点的多余血液就会隆起红痕，留下记号。不知不觉，你已经变得如草莓奶昔一样粉红啦。一个突然的历史测试也会让一些人患上麻疹，因为感觉很紧张也会加粗那些交错的血管。

很多疾病都可能让你的皮肤变得一团糟，如由病毒引起的**水痘**和**麻疹**。这些蔓延到你整个皮肤上的痒痒的、充满液体的水泡实际上就是装满病毒的小袋子。（请翻阅198页“**病毒**”，了解这种恼人的痛苦。）

