



The BIG

[英] 丹·格林◎文
[英] 西蒙·阿伯特◎图
戴美玲◎译

人体全书

BODY BOOK

还有关于
你的惊人
小秘密哦!

想知道你的身体
是如何工作吗?
里面都有些什么
呢?



人体全书

[英] 丹·格林◎文

[英] 西蒙·阿伯特◎图

戴美玲◎译



图书在版编目(CIP)数据

人体全书 / (英) 苏·麦克米伦等文; (英) 西蒙·阿伯特图; 戴美玲译.

-- 北京: 北京联合出版公司, 2016.5

(儿童趣味小百科)

ISBN 978-7-5502-7796-0

I. ①人… II. ①苏… ②西… ③戴… III. ①人体—儿童读物 IV. ①R32-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第112796号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字 01-2016-1154

The Big Body Book

First published in Great Britain in 2013 by Ticktock,

an imprint of Octopus Publishing Group Ltd

Copyright © Octopus Publishing Group Ltd 2013

This edition arranged with OCTOPUS PUBLISHING GROUP LTD

through BIG APPLE AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2016 Beijing BabyCube Children Brand Management Co., Ltd

All rights reserved.

人体全书

作者: [英] 丹·格林◎文 [英] 西蒙·阿伯特◎图 戴美玲◎译

责任编辑: 徐 樟 徐秀琴

特约编辑: 费方利 何沁雨

封面设计: 丁 虹 王秀凤

技术监制: 甘 果

出版策划: 牟沧浪

营销推广: 李 平

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

天津市豪迈印务有限公司印制 新华书店经销

字数5千字 889mm×1194mm 1/12 2印张

2016年5月第1版 2016年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-7796-0

定价: 198.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: (010) 64243832



人体全书

[英] 丹·格林◎文

[英] 西蒙·阿伯特◎图

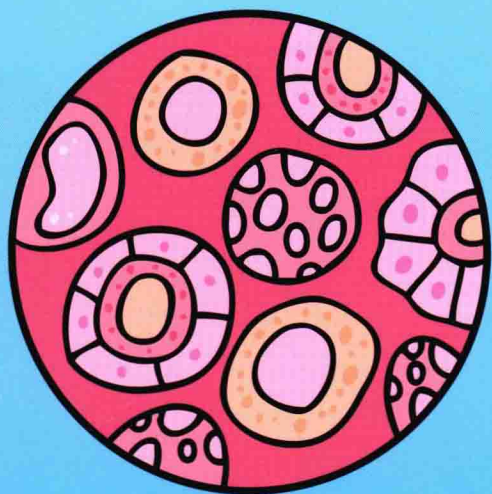
戴美玲◎译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

神奇的身体

你的身体很神奇，它一直在努力工作。就在你阅读这一页时，它也正忙着干一大堆活儿呢。我们一起来看看，它到底在做些什么吧！



新细胞被不断制造出来——
你的身体每秒钟可以制造
大约200万个血细胞呢。

血液在你的**动脉**和**静脉**里流动，
输送身体所需的各种物质，
保证身体正常工作。



肝脏

肾脏

食物进入你的嘴巴，经过**肠道**，
再从另一端排出，需要经过
24—36小时。

你的**指甲**大约每10天
长1毫米。

尿液流进**膀胱**。当装满膀胱的
3/4时，你就得去小便了。



你的头发每周要长2—3毫米。

你的心脏大约每分钟跳动85次。

肺

胃

一生中，你：
排出的大便总重量
超过5只银背大猩猩的体重！



放出的屁可以
充满200只
弹跳球。



用的厕纸可以
覆盖1,200个
足球场！

哇！



你身体里的碳
可以装满4个烧烤
燃料袋！

运动起来！

你的身体里有一副很结实的骨头框架，叫作骨架。没有骨架，你就会变成一堆肉！肌肉固定在骨头上，骨头才能运动起来。

你走路、跑步、跳跃时，
肌肉就在工作。

肌肉就像一套绳子，**成对**工作，
拉动你的骨架，让骨头运动起来。



拉直腿

拉弯腿

你的身体里大约有**650**块独立的肌肉。

骨头受到挤压时，
像花岗石一样坚硬；
拉伸时，比水泥还要结实4倍。

骨头具有柔韧性，
这样就不易断裂。



新的血细胞是身体里
较大的骨头产生的。

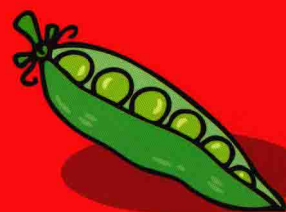
断裂的骨头
可以生长修复。

你身体里总共有206块骨头。
婴儿时期，你大概有300块骨头；
慢慢长大后，有的骨头就长到了一起。

你知道吗？
心脏和胃都是肌肉。



最小的骨头长在
耳朵里，大小不
超过一粒豌豆。



哇！

你的眼部肌肉
活动最频繁——
一天大约要活动
100,000次！



神秘的大脑

你的大脑就是一台随身携带的电脑，控制着一切，
从思想、感觉到呼吸和吃饭。一起来看看大脑的结构吧！

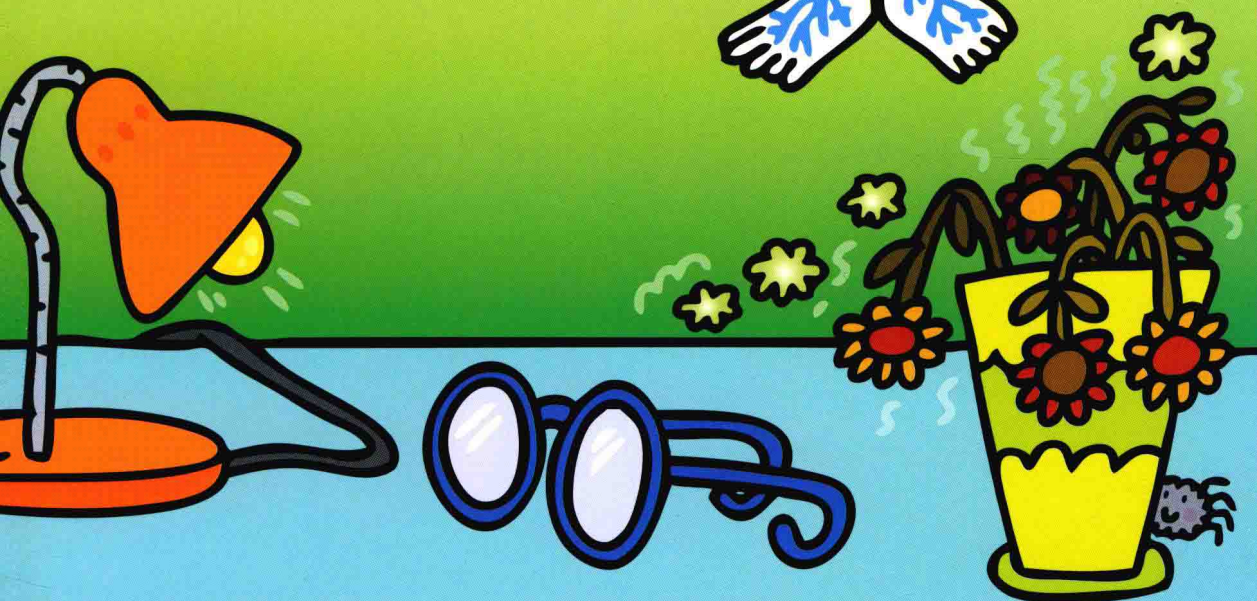
大脑每天都会吸收大量经验和教训，
然后用它们来解决新的问题。



大脑由**两半**组成。每一半分别控制着与它相反的那一半身体。有的工作是由身体自动完成的——比如呼吸，根本不用你操心。

神经就是从大脑延伸到整个身体的细线。它们将信息从脑部传达到其他部位，也从其他部位将信息传回脑部。

一件事情做的次数越多，
大脑就会觉得它越简单。



你知道吗？

成人的大脑重量相当于一瓶1.5升的水。



睡眠非常重要，
可以帮助大脑休息。
如果连续几天不睡觉，
大脑就会做一些奇怪的事情，
比如看见一些不存在的东西。
(出现幻觉)



大脑发送信息的速度可以比赛车还快！



超级感觉

为了让你知道身体以外的世界看起来、听起来、闻起来、感觉起来、尝起来是什么样的，你的眼睛、耳朵、鼻子、皮肤和舌头一整天都在辛勤地工作。

耳朵就像麦克风，可以
收集周围所有的声音。

鼻子可以分辨出
1万多种不同的气味。

皮肤里的感觉器官可以察觉到最轻微的触动，
感受到按压东西时所用的力气，感觉到热和痛。



你知道吗？

儿童的听力比成人好，可以听到更多高音调的声音。



舌头可以分辨出五种味道——酸、甜、苦、辣、咸。

哇！

气味和记忆是相关联的——闻到某种气味，可以让你想起某件事或某个地方。

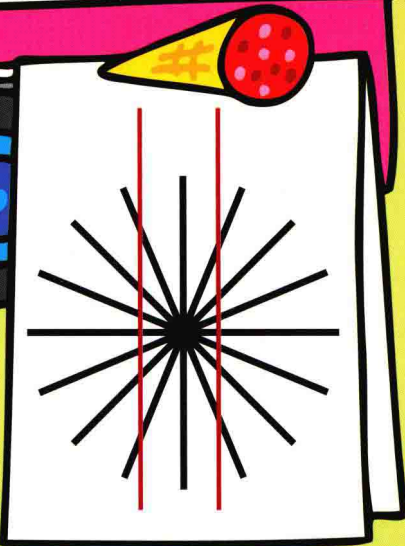
啊，好球！



舌头上的凸起（味蕾）与味觉一起，帮助你品尝好吃或不好吃的食物。



大脑会受到错觉的愚弄。也许你不信，但这些线条都是直的！



神奇的眼睛就像摄像机，将周围世界的信息源源不断地传送到你的大脑。



怦怦怦！

不管周围多安静，你总会听到一点儿声音——自己的心跳声和血液在血管里流动的声音。



血液输送着身体需要的所有物质，将食物和氧气输送到各个部位，并防止身体受到细菌的侵害。

你的心脏和你拳头的大小差不多。一生中，它输送的血液量，大约可以装满120个奥林匹克游泳池。

如果把身体里的血管连在一起，大概可以绕地球两圈多。

你知道吗？

2012年，斯蒂格·瑟沃林森创造了憋气22分钟的纪录。



1分钟之内，你的血液就会在全身流动一遍。



查尔斯·奥斯本打——打——打了68年的嗝！



做运动时，心脏会跳得更响、更快，这是为了给肌肉输送更多的血液。

同时，肺也在更加卖力地工作，因为肌肉需要更多的氧气。

肺吞下空气，吸取有用的氧气，呼出没用的二氧化碳。如果把肺伸展开，可以盖住一个网球场。



我的食物去哪儿了？

食物是身体的工作原料。不过，食物从嘴巴到肛门，得先在身体里坐一趟“过山车”。

用嘴嚼碎食物，变成黏液状吞下时，它在身体里的旅程就开始了。

接着，食物进入肠道。肠道的长度和一辆伦敦的公共汽车差不多。

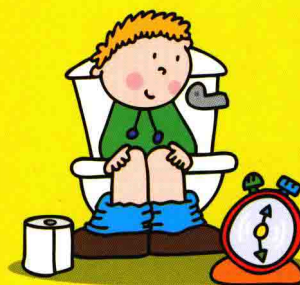


你知道吗？
食物被吞下后，
只需10秒就可以
到达胃部。

各就各位，预备，跑！



身体处理完
一顿饭，大约
需要6小时。



哇！

你一生中产生的
唾沫，足够装满
一个游泳池！



食物到达胃部，被胃酸分解
成小分子。胃酸十分强大，
甚至可以溶化金属。

食物中好的成分，也叫作营养物质，
被肠道提取出来，当成身体的燃料。

屎尿屁

“噗！”噢，不好意思！拉屎、撒尿、打嗝、放屁，都是生命中的正常现象。人人都会这些行为——连你们的老师也不例外！为什么会出现这些现象呢？



嗝和屁是由类似的物质组成的，只不过嗝是从嘴里出来的。

肠道里生活着一些微小的细菌，帮助我们消化食物。它们释放的气体，会排出体外——通常是在我们最不想让它们出来的时候！