

Britannica® 大英儿童漫画百科

人体健康保卫行动

〔韩〕波波讲故事 / 著 〔韩〕刘永升 / 绘
章科佳 / 译



Britannica[®] 大英儿童漫画百科

人体健康保卫行动

〔韩〕波波讲故事/著

〔韩〕刘永升/绘

章科佳/译



湖南少年儿童出版社
HUNAN JUVENILE & CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

人体健康保卫行动 / 韩国波波讲故事著 ; (韩) 刘永升绘 ;
章科佳译 . — 长沙 : 湖南少年儿童出版社 , 2016.11

(大英儿童漫画百科)

ISBN 978-7-5562-2878-2

I . ① 人… II . ① 韩… ② 刘… ③ 章… III . ① 保健—
儿童读物 IV . ① R161-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 234161 号



大英儿童漫画百科 · 人体健康保卫行动

DAYING ERTONG MANHUA BAIKE · RENTI JIANKANG BAOWEI XINGDONG

策划编辑: 周 霞 责任编辑: 周 霞 万 伦
质量总监: 郑 瑾 封面设计: 陈姗姗

出版人: 胡 坚

出版发行: 湖南少年儿童出版社

地址: 湖南长沙市晚报大道89号 邮编: 410016

电话: 0731-82196340 (销售部) 82196313 (总编室)

传真: 0731-82199308 (销售部) 82196330 (综合管理部)

经销: 新华书店

常年法律顾问: 北京市长安律师事务所长沙分所 张晓军律师

印制: 湖南天闻新华印务有限公司

开本: 889 mm × 1194 mm 1/16 印张: 10.5

版次: 2016年11月第1版

印次: 2016年11月第1次印刷

定价: 29.80元



Copyright © <Britannica Educational Comics> by Mirae N Co. LTD.

Copyright © <Britannica Educational Comics> Encyclopædia Britannica, Inc.

<Britannica Educational Comics> is a revised edition for Korean elementary school students based on <Britannica Learning Library> which is owned by Encyclopædia Britannica, Inc.

©Britannica, Encyclopædia Britannica and the Thistle logo are trademarks of Encyclopædia Britannica, Inc.

Chinese language copyright © 2016 by Hunan Juvenile & Children's Publishing House

This translation copyright is arranged with Mirae N Co. LTD. through CRO culture, Inc.

All rights reserved.

“此书中国大陆版权通过上海卡露文化有限公司代理。非经书面同意，不得以任何形式转载和使用。”



《大英儿童漫画百科》是根据美国芝加哥大英百科全书公司出版的《大英百科全书(儿童版)》改编而成，为中小學生量身打造的趣味百科全书。

10大知识领域

本丛书以美国芝加哥大学的学者和大英百科全书编辑部共同编撰出版的《大英百科全书》为参照，分为以下10个知识领域：

物质和能量（全5册）	构成世界的物质及能量的相关知识
地球和生命（全15册）	地球本身及地球生物的相关知识
人体和人生（全5册）	人的身体、心理和行为的相关知识
社会和文化（全5册）	人类形成的社会和文化的相关知识
地理（全5册）	世界各国的历史和文化的知识
艺术（全2册）	文学、美术、音乐等各种艺术及艺术家的相关知识
技术（全5册）	创造当今文明的各种技术的知识
宗教（全2册）	影响人类历史和文化的宗教的相关知识
历史（全3册）	历史事件及历史人物的相关知识
知识的世界（全3册）	人类积累的知识体系及各个学科的相关知识

活学活用《大英儿童漫画百科》的“三步法”

第一步 01



查看图书扉页前的信息图，了解学习内容的核心知识点。

第二步 02



阅读有趣的漫画内容，并认真学习知识点，理解学习内容。

第三步 03



查阅附录收录的《大英百科全书》中的相关条目，接触更深的知识点，深化理解所学内容。



写给家长和孩子的话

现代社会是一个信息化社会。以前我们获得知识的途径非常有限，而现在身处发达的信息化社会，只需要鼠标轻轻一点，就能够获取成千上万的知识。然而从这些知识当中，寻找真正有用的知识却变得越来越难。

《大英百科全书》，被认为是当今世界上最知名也是最权威的百科全书。它将构成人类世界的所有知识分成了10个知识领域。该书囊括了对人类知识各重要学科的详尽介绍和对历史及当代重要人物、事件的翔实叙述，其学术性和权威性为世人所公认。

本丛书是以美国芝加哥大英百科全书公司出版的《大英百科全书（儿童版）》为基础，综合中小学阶段的教学内容而精心打造的趣味百科全书。此外，图书扉页前的信息图，在视觉上直观地展现了本书的核心知识内容，摆脱了以往枯燥的文字说明，有助于孩子理解和记忆。同时，书中还附有各种知识总结页，涵盖了自然科学和社会科学的各种知识体系，有助于培养孩子的创造性思维方式，将所学的知识，融会贯通。当今社会的学习，不再是简单地注入大量的知识，而是体验一种过程——获取新知识，然后将其消化吸收并举一反三收获新知识的过程。衷心地希望《大英儿童漫画百科》丛书不仅能够帮助孩子积累知识，而且还能引领孩子从中寻找到知识的趣味，感受到获得新知识时的喜悦，从而进入一个真正的学习世界。

韩国初等教育科学学会





为孩子的明天打下坚固的健康基石

健康是每个国民的立身之本，也是一个国家的立国之基。在今年召开的全国卫生与健康大会上，国家重点强调了全面健康的重要性，没有全民健康，就没有全面小康。

随着社会经济的发展，疾病谱发生了重大改变，以肿瘤、心脑血管疾病、慢性阻塞性肺病、糖尿病等为代表的慢性病已经成为中国乃至全球的重大公共卫生问题。影响慢性病流行的行为危险因素主要包括烟草使用、不健康的饮食、静坐的生活方式和酗酒等。在影响人类健康的因素中，行为与生活方式占到了60%以上的比例。

少年儿童时期是人生的起步和准备阶段，也是行为与生活方式形成的关键时期，而健康的行为生活方式的养成是孩子明天健康的基石健康从娃娃抓起是最经济、最有效的手段。如何形成健康的行为生活方式，一定需要家庭、学校、社会等与孩子一起来共同努力。这些培养他们健康行为与生活方式的知识，正好在这本《人体健康保卫行动》里有提到，且条理清晰，图文并茂，相信能够使青少年减少和改变不健康的行为与生活方式，养成和增进有益于健康的行为生活方式。

这套书依托最知名、最权威的《大英百科全书》，保证了科学性。以形象生动的漫画形式表现科学内容，增加了对孩子的吸引力。其中涉及的遗传、血液、健康、疾病等相关的知识内容，将对增进孩子的健康知识和健康素养起到重要的作用，有利于孩子健康行为与生活方式的养成，对孩子的健康成长有保驾护航的作用。

余金明

中国健康促进与教育协会副秘书长

中国健康促进与教育协会社区分会主任委员

复旦大学公共卫生学院健康行为与健康教育教研室主任、教授、博士生导师

发现《大英儿童漫画百科》这套书，有些难以抑制的兴奋，好像找到了一个法宝——将系统、基础的百科知识以一种最贴近儿童思维和心灵的方式呈现出来。

作为经典，《大英百科全书（儿童版）》不知伴随了多少代人的成长。市面上的儿童科普读物林林总总，有趣易读的有很多，但作为一名基础科学教育工作者，眼光总是挑剔了许多，最终还是会倾向知识更为系统全面、最贴近科学本真的读物，而且也期待这种读物会以一种更贴近儿童世界的面貌出现。

这套漫画版百科的问世，无疑让人的心亮了。10大知识领域以“主题漫画”的方式铺展开，为孩子创造了一个个故事新奇又颇具探险精神的科学情境，所有知识就在一幅幅生动有趣的连环漫画中立体鲜活起来。同时，书中大量的信息图和附录相关条目又还原了科普知识的原汁原味，方便孩子巩固、深化所学。

从这套书里我看到了“尊重”，既尊重了科普知识的系统性，又尊重了儿童的思维和心灵。这里面有童趣、探险、幽默、创意，更有实事求是的科学态度。

中国人民大学附属小学科学老师 张 驰

《大英儿童漫画百科》系列的书，一旦翻开，就让你有一种停不下来的感觉，我超喜欢看。以前我看漫画书，妈妈总说我，现在可不了，我看的可是科学漫画书，书中既有漫画带来的快乐，又有漫画故事中讲述的百科知识。

书中主人公罗云毛手毛脚、爱好美食，但对未知的事物有着强烈的探索心。他和美琪一起穿越星际，飞入昆虫世界……一个个惊险刺激的故事不仅让我一同感受了曲折冒险经历的紧张，还告诉了我相关学科的知识，一步步揭开了我心中的谜团，让我知道了太阳系是怎样形成的，光是如何产生五彩光芒的，蝉是如何发声的等等。

凯勒说：“一本书就像一艘船，带领我们从狭隘的地方，驶向无限广阔的生活海洋。”《大英儿童漫画百科》就像一艘艘轮船，带着我驶向无垠的知识海洋！

长沙市四方坪小学六年级学生 唐钟誉



01

人物介绍

1

我讨厌上医院!

2

疾病

有病可不能乱投医

8

内科主要诊治的疾病

外科主要诊治的疾病

各个科室主要诊治的疾病



感冒!可不能大意

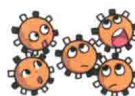
20

什么是病毒?

流感产生的原因——流感病毒

普通感冒和流感的区别

历史上的大流感 / 帮助产生抗体的疫苗



细菌不要靠近我

32

令人闻之色变的传染病

至今仍未被攻克的黑死病

高热的恐慌——伤寒



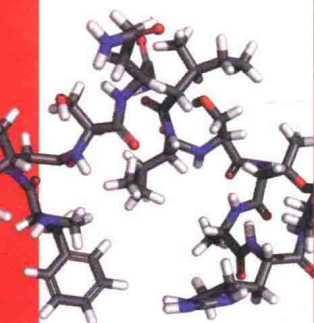
可怕的昆虫

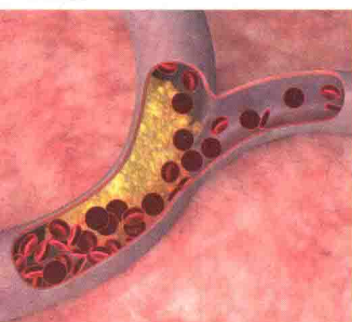
42

疟疾 / 疟疾主要的发病地区

日本脑炎 / 鼓励预防接种

热带地区的常见疾病

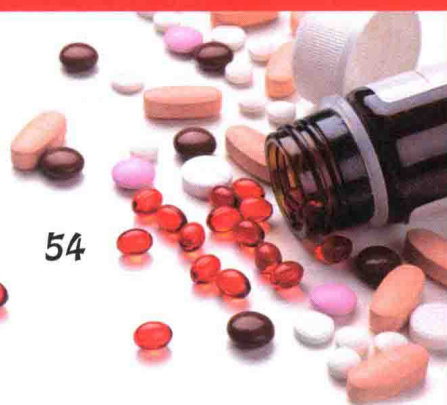




健康从饮食开始

54

什么是血压？ / 高血压的并发症
高血压和不良的饮食习惯
什么是高血脂？ / 什么是胆固醇？
糖尿病的症状 / 糖尿病的并发症
成人病和饮食习惯



分不清敌友的免疫系统 68

“过敏”的词源 / 过敏原 / 诱发过敏的食物
过敏性鼻炎和感冒 / 过敏性哮喘的症状
小孩子的噩梦——特应性皮炎
类固醇药物的副作用 / 抑制过敏性反应的方法
过敏原检测 / 如何预防过敏



心情不好也是病？ 80

希波克拉底眼里的“抑郁症”
神经传导物质 / 血清素
精神疾病的种类和症状 / 痴呆症
大脑的认知功能 / 痴呆症的类型



癌症的秘密 92

癌症从什么时候开始折磨人类？
构成人体的基本单位——细胞
细胞分裂 / 癌细胞的细胞分裂
癌症的转移 / 癌症的种类 / 高危致癌物——香烟
现代医学的癌症治疗 / 癌症的预防



人体必需的营养物质

106

人体所需的能量——热量 / 构成人体的营养素
碳水化合物的分解过程 / 脂肪的作用 / 蛋白质的作用
维生素缺乏症 / 无机盐的种类和功能

健康食品

118

食品添加剂 / 反式脂肪 / 妨碍钙质吸收的磷酸
超级食物 / 各个季节的代表性应季食物
发酵和发酵菌 / 长寿的秘诀——发酵食品



中医和西医

128

什么是中医？
西医的基础——解剖学 / 分析性的学科——西方的现代医学
东方的“气” / 中医的基础理论——阴阳五行
《黄帝内经》 / 张仲景的呕心之作——《伤寒杂病论》

适宜生活的环境

141

世界地球日 / 工业化和环境污染
温室效应和全球变暖 / 气候变化和人类生活
可吸入颗粒物的威胁 / 环境性疾病的预防方法
环境激素 / 保护地球环境，请从小事做起

虽败犹荣

150

《大英百科全书》中的相关条目 154



玉医生

经营一家玉医生门诊，以打针不疼而出名，还拥有一颗神奇的魔力玉珠，可以穿越时空，来去自由。耐心解答罗云和美琪的各种疑问，还为孩子们加油鼓劲。



罗云

宅男一个，喜欢在家打游戏，不喜欢运动。一次偶然的机会，他遇到了玉医生，听了很多关于疾病和健康知识，从而意识到健康的重要性，并努力做出改变。

美琪

罗云的好朋友，对罗云不健康的生活习惯深表担忧，强行将其带去医院。在玉医生那里，学习到很多疾病和健康相关的知识，从此更加热爱生活。



我讨厌上医院!





进去看看，都说了打针不疼呢。

还是不要了吧。

打针不疼

咻

等……等一下！

呜哇，太漂亮了。

切，医院也搞得这么不严肃，跟幼儿园似的。

闪闪

发光

欢迎来到玉医生门诊。

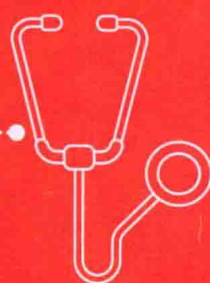
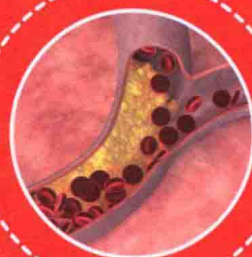
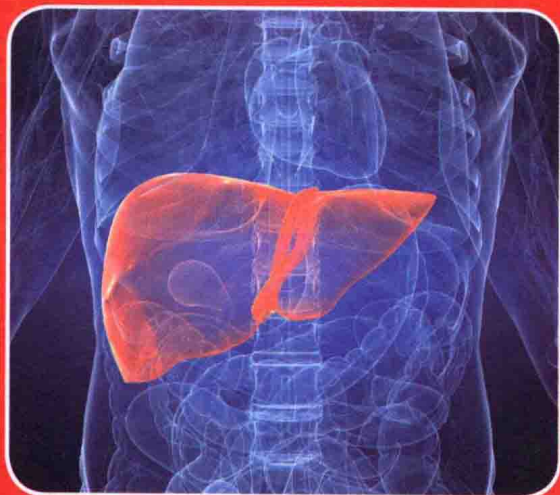
嗒

打招呼

吓了一跳

啊，您好。





01

大英儿童漫画百科·人体和人生

疾病



在这个世界上，疾病的种类有很多。包括常见的伤风感冒，令全世界恐慌的传染病，随着年龄增长而产生的成人病，不明原因的过敏，心理发生异常的精神病，以及至今仍被人谈及色变的癌症，等。这些疾病都对我们人体健康造成了影响。在本章中，我们会一起了解各种疾病及其防治方法。