

生命与健康科普丛书



RENTITONG

王真



童话

人体



告诉你奥秘无穷的

人体童话

告诉你关于人体的故事

—— 远方出版社

RENJITONGHUA



生命与健康科普丛书



人体

★王真 著

童话

远方出版社

—呼和浩特:远方出版社,2000.6

ISBN 7-80595-634-0

I. 生… II. 王… III. 保健-普及读物 IV. R161-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 33614 号

生命与健康科普丛书·人体童话 王真 著

出版发行:远方出版社

社 址:呼和浩特市新城区老缸房街 18 号 邮编:010010

经 销:新华书店

印 刷:乌海市丰华彩色印刷厂

开 本:787×1092 1/36

字 数:100 千

插 图:35 幅

印 张:5.6

印 数:1—5000

版 次:2000 年 6 月第 1 版 2000 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-80595-634-0/G·137

定 价:11.5 元

远方版图书,版权所有,侵权必究。

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

序 言

自古以来,在一些人的眼里,人体是神秘的,医书是深奥的。怎样才能把艰深难懂的人体自身奥秘,轻松自然地展示给广大群众呢?

《人体童话》一书,正是站在科学的高度,把真实而严谨的科学知识融进轻松而有趣故事情节之中,使人们在茶余饭后的消闲中,阅读到有益的生活知识和科学知识。这无疑是当今健康教育的一个好形式。

王真医生在近三十年的长期医疗实践中,在深入农村、牧区防病治病的过程中,在人体科学理论的研究中,积累了丰富的临床经验,积淀了扎实的理论底蕴,增加了宝贵的社会阅历。同时,她还利用出差和调研之机,曾收集医学科普趣味读物,但收获甚微。这成了她能够下决心写出本书的基础与原因。《人体童话》一书,以风趣幽默的童话语言,从生理、心理、饮食、社会等立体角度,深入浅出、形象生动地讲述和阐明了人体保健的基本常识和科学原理,语言流畅,格调清新,图文并茂,老少皆宜。

这本书始终洋溢着医学百花的芬芳和生活哲理。本书中的一些提法和观点是有趣和启迪读者的,诸如,把人体比做一个“国家”,强调人体的整体性与人体内环境的相对稳定性。人体任何一个部位或系统出现情况,都应该看做是全身机能状态的一个“窗口”,这一观点直接影响着人们对自我身体状态的认识与防病,同时,也直接影响着医生如何评价疾病与制定治疗方案。比如本书提出,“疾病是对生活错误的惩罚”,“大脑皮质也应该有节假日”等等。细细体会与实践这些观点,会使人的健康水平再上一个新台阶。同时,这些观点反映了当今医学模式的转变,顺应了医学发展的潮流。

这本《人体童话》是您开卷有益的良师益友,是您获得健康人生的生活指南。

袁耀萼

1996年春于上海

目 录

序言	(1)
神奇的生命之光	(1)
一、边境物资交流站——消化道	(5)
1. 与豆瓣同行	(5)
2. 胃	(7)
3. 胃的粘液屏障	(11)
4. 十二指肠	(12)
5. 胆胰管的门儿	(15)
6. 默契与分歧	(15)
7. 小肠里的大森林	(16)
8. 百曲回廊	(21)
9. 忠诚的哨兵	(21)
10. 植物神经	(23)
11. 死胡同	(24)
12. 阑尾炎	(27)

13. 关于阑尾的传说	(29)
14. 用进废退	(30)
15. 大肠与粪便	(30)
16. 直肠的通讯网	(33)
17. 便秘的主要原因	(33)
18. 原来是边境物质交流站	(34)
二、空气交易所——肺	(35)
1. 结识新朋友	(35)
2. 呼吸道的清洁工	(36)
3. 温度和湿度	(38)
4. 喷嚏与咳嗽	(39)
5. 小小肺泡	(42)
6. 空气交易	(43)
7. 一个氧分子的忠告	(45)
三、交通运输网——血液循环	(47)
1. 去找水分子	(47)
2. 三个好朋友	(50)
3. 在肝脏游览	(51)
4. 六角形迷宫	(55)

5. 红河之水	(57)
6. 漂亮的红细胞	(59)
7. 白细胞家族	(64)
8. 血小板	(66)
9. 肌肉三姐妹	(70)
10. 心脏	(71)
11. 心脏的功能	(73)
12. 神圣的宫殿	(74)
13. 肺循环	(79)
14. 血压的形成	(80)
15. 污浊的墙壁	(81)
四、监督防卫部——免疫系统	(84)
1. 一个久远的故事	(84)
2. 脾和淋巴结	(88)
3. T 细胞	(91)
4. B 细胞和便衣警察	(92)
5. 巨噬细胞	(93)
6. 内外屏障	(94)
7. 吞噬细胞	(95)

8. 补体	(96)
9. 溶菌酶与干扰素	(98)
10. 告别 T 细胞	(99)
11. 访问 B 细胞	(100)
12. 抗原	(101)
13. 抗体	(102)
14. 淋巴因子	(103)
15. 特异性免疫	(105)
16. 配合默契	(108)
五、各级领导机构——神经系统	(111)
1. 最外围的哨兵	(111)
2. 基层组织	(112)
3. 通讯设施	(115)
4. 胶质细胞	(117)
5. 神经纤维	(117)
6. 神经纤维的传导特征	(119)
7. 决心到神经系统去	(120)
8. 求见神经元	(122)
9. 神经系统的组织结构	(124)

10. 神经系统的进化	(127)
11. 神经衰弱症	(128)
12. 大脑皮质也应该有节假日	(130)
六、多功能的下水道——泌尿系统	(134)
1. 到肾脏去	(134)
2. 访问肾单位	(137)
3. 肾小管重吸收	(139)
4. 肾脏的调节功能	(142)
5. 保护好肾脏	(143)
6. 人体的大海	(146)
7. 尿色与疾病	(149)
七、新生命的诞生地——生殖系统	(151)
1. 神圣的地方	(151)
2. 生男生女的秘密	(152)
3. 激素是总指挥	(155)
4. 新娘出阁	(156)
5. 精子赴会 历尽艰险	(161)
6. 黄体	(165)
7. 着床与植入	(165)

8. 游览水晶宫	(167)
9. 世上才数月 腹中几亿年	(170)
10. 莫让苦果降人间	(174)
11. 愿天下母婴都健康	(175)
八、健康与疾病	(178)
1. 优美的内环境	(179)
2. 健康的心态	(181)
3. 人体的潜能	(182)
4. 大自然的筛选	(183)
5. 欲夺健康的窃贼	(185)
6. 疾病是对生活错误的惩罚	(186)
7. 长治才能久安	(188)

神奇的生命之光

健健与康康住对门儿，从上幼儿园起，他们就在一个班。今年，他们已经上小学四年级了。学校里开了生理卫生课，放学的路上，他们边走边议论着，这奇妙的人体该是一个什么样子。

健健是班长。说话时，总爱模仿老师的口气。他一本正经地告诉康康：“有人把家庭比做社会的细胞，那么细胞就是人体王国里的家庭，你知道吗？人体就是一个由一千万亿个细胞家庭组成的社会，一个机构复杂而功能完整的王国。”

“在这个庞大的王国里，也和人世间一样，有中央机关和各级领导机构，有交易市场和交通运输网络；也有公安机关和监查机关……当然也同样有许多的美景胜地。”

“你是怎么知道的呢？”天真的康康一脸惊疑。

健健沉思着。不，也许是犹豫着。过了一会儿，他才缓缓地告诉康康，“这可是一个秘密，是不能告诉别人的。”

“为什么？”

“因为人们是不会相信我的，他们会说我的精神出了毛病，说不定还会把我送到心理医生那里去的。”

“不，告诉我吧，我相信你，真的！”康康真诚地请求着。

“那好吧，可我只告诉你一个人。”

“今年暑假，我到姥姥家去。那里有不见天日的原始

森林，新鲜好玩儿极了。一天，我和表哥，还有另外三个小朋友一起到大森林里玩。晚上回来的时候，我们迷路了。你不知道那时四周有多黑，而且刮着很大的风，我们害怕极了。最后，表哥带着我们找到了一个小山洞，我们在洞中点起了火。为了防止野兽进来，表哥还用石块和粗大的树枝堵住了洞口儿。跑了整整一天，三个小朋友先东倒西歪地睡着了。表哥忙着给火加些树枝，我也渐渐闭上了眼睛，迷迷糊糊进入了梦乡……”

忽然有人轻轻地推着我，把我喊醒。睁眼一看，原来是和妈妈同在一个医院工作的回春阿姨。我高兴极了。“是来接我的吗？”回春阿姨微笑着，示意我小声点，然后牵着我的手，把我带出了山洞。

山洞外还有一个人等在那里，那个人看上去很滑稽，好像在什么地方见过。噢，康康，你还记得那个魔术师吧？就是他。回春阿姨把我介绍给了这位魔术师，然后转过脸来，看着我说：“这位是杂技团的妙言叔叔，今天，他要送你到一个神秘的地方去玩儿，你愿意吗？”

“什么地方？”我问。

“人体”。回春阿姨平静地回答。

“阿姨在骗我，人体怎么能进去呢？”

回春阿姨微笑着，肯定的回答：“妙言叔叔有办法，你知道他是一位魔术师呀！”

我迟疑地望着妙言叔叔。只见妙言叔叔从里边的西服口袋里掏出一个小小的闪着七彩虹光的圆环，递到我的手上，郑重地对我说：“这个圆环的名字叫‘生命之光’。

有了它，你无论和谁在一起，都能变得和它一样大，同时也具备了它的能力。”

我的好奇劲儿上来了，低头看见一个豆瓣，便捡起放在回春阿姨的手上。想了想，闭上眼睛说：“我和豆瓣在一起”。话音刚落，我已经迅速变小，睁眼一看，回春阿姨已经把我捡起放在手心里，打量着我说：“既然跟上豆瓣，那就只好先到消化道去吧。”



我低头看见一个豆瓣，便捡起放在回春阿姨的手上。

一、边境物资交流站——消化道

1. 与豆瓣同行

看着我自己小小的身体，想着回春阿姨的话：到消化道去，也就是说，要被人吃掉的。我突然害怕起来，慌乱地环顾四周，见豆瓣就站在离我不远的地方微笑着，一副调皮的样子。见我在望他，就热情地跑过来，很有礼貌地拉着我的手，换成一副胸有成竹的样子，安慰我说：“别紧张，一切包在我身上。”

回春阿姨望着我，轻轻地问：“害怕了，是不是？”那目光里充满了鼓励和期望。

我的心渐渐安定下来，终于下定决心，望着回春阿姨坚定地说：“我很愿意和豆瓣一起到人体王国去旅游。”

回春阿姨甜甜地笑了，目光里充满了赞许。豆瓣自信地拉着我的手，我们开始了漫长而又奇特的旅程。回春阿姨要送我们一程，她要把我们送到餐桌上。

我问豆瓣：“消化道在肚子里边，为什么还说是边境呢？”

豆瓣说：“在人体王国的中间，有一个空腔器官贯通而过，这就是从口腔到肛门的整个消化道。消化道里边全部由粘膜构成，里边的食物不能直接进入人体，它只能通过胃或肠的粘膜与人体进行交换。”

“这么说，消化道也只能算做边境物资交流站了？”我

一边思索一边说。

“是的，但即使这样，这‘边境’也不是谁想进都能进得去的，它条件苛刻，必须经过严格检查与加工，才能放行。也就是说，我们连第一道关卡都过不去，牙齿的咀嚼，是不肯放过我们的，当我们被嚼碎以后，舌头又把我们与唾液搅拌，变成像浆糊一样的时候才能放我们过去。”

听了豆瓣的话，我真是又着急又害怕。“那我们怎么办呢？要是我们被嚼碎了，那不是一切都完了吗？”

“别着急，”豆瓣很有信心地说：“有许多人吃饭并不认真，我们会找到机会蒙混过关的。”

豆瓣和我在餐桌上巧妙地躲来躲去，我们终于遇上了一个边吃边说，说的眉飞色舞，吃的狼吞虎咽的人。我们竟然轻易地混过了这第一道关卡，进入了一个狭窄的肌性长廊。四壁全是柔软的肌肉，并且不停地收缩、舒张。我站立不稳，只好索性躺下，紧紧抓住豆瓣说：“这墙壁怎么竟像海浪一样，一浪接一浪地推着我们走？”

豆瓣告诉我说：“这就是食道。这海浪一样的波动就叫做食道的‘蠕动波’。这种蠕动波，整个消化道都有。只是蠕动的形式、强度、频率等各不相同而已。”

说着话，我们已被向前推行了大约25厘米。前边有一道肌性门儿关着，豆瓣介绍说：“这个门叫贲门，是胃的入口。”