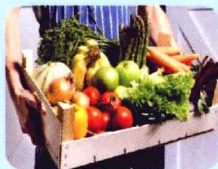
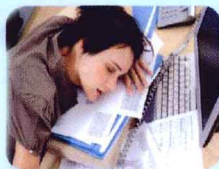




博学·当代医学英语系列
总主编 陈社胜



A Panorama of Contemporary Medical Science

当代医学新视野 ——医学与英语影像阅读 I

主 编 凌秋虹 汪 琦 王 茹 陈 洁
医学顾问 傅 华



博学·当代医学英语系列
总主编 陈社胜

A Panorama of
Contemporary Medical Science

当代医学新视野 ——医学与英语影像阅读 I

主 编 凌秋虹 汪 琦 王 茹 陈 洁
医学顾问 傅 华

 复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

当代医学新视野——医学与英语影像阅读. I / 总主编:陈社胜;
主编凌秋虹,汪琦,王茹,陈洁. —上海:复旦大学出版社,2011.7
(博学·当代医学英语系列)
ISBN 978-7-309-08212-8

I. 当… II. ①陈…②凌…③汪…④王…⑤陈… III. 医学-
英语-阅读教学-高等学校-教学参考资料 IV. H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 115989 号

当代医学新视野——医学与英语影像阅读. I

总主编 陈社胜 主编 凌秋虹 汪琦 王茹 陈洁
责任编辑/贺琦

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

江苏省如皋市印刷有限公司

开本 787×960 1/16 印张 20.75 字数 312 千

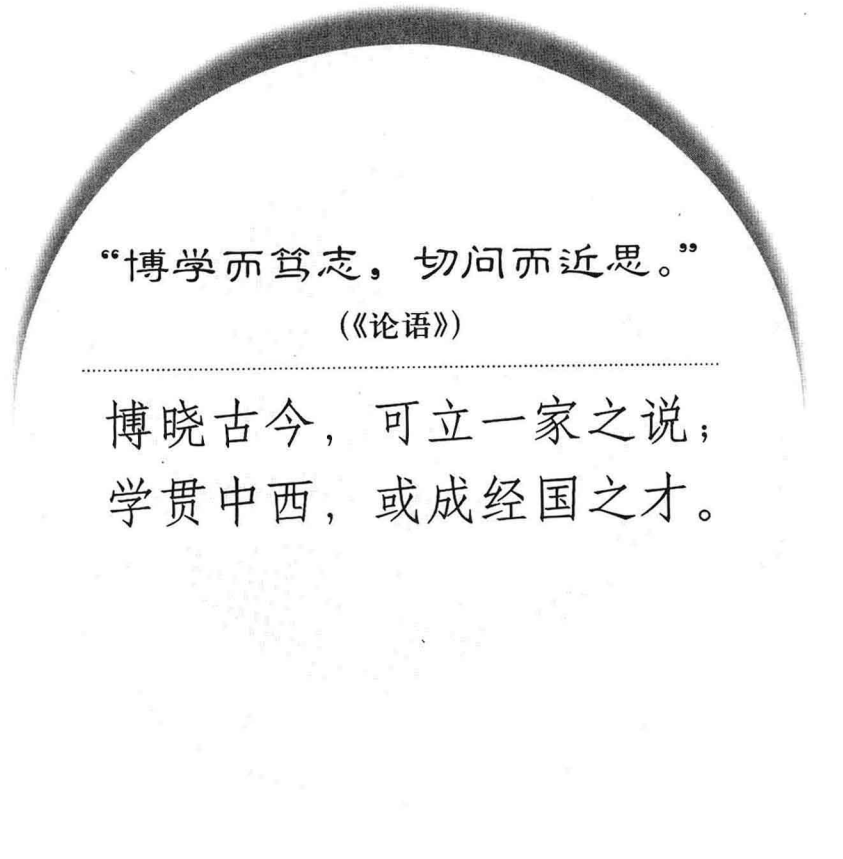
2011 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-08212-8/H·1729

定价:44.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究



“博学而笃志，切问而近思。”

(《论语》)

博晓古今，可立一家之说；
学贯中西，或成经国之才。

内容简介

《当代医学新视野》是学习医学知识、获取健康科学新信息、提升英语语言技能集一体的医学与英语影像阅读系列教材。各册对当代医学与健康不同领域和交叉学科有所侧重，共同组成当代医学的全景图。影像画面清晰，语言地道自然，练习形式多样，内容充满医学人文精神，科学性与通俗性兼容互补，可看性和可读性相得益彰。

《当代医学新视野》系列的影像和文字生动记录了当代医学健康各个领域的发展轨迹，反映了健康科学的未来发展趋势，可供医学相关专业的高年级学生或研究生使用，也可用于高等院校的医学健康教育、医学英语影像阅读教学、在职医护卫药专业人员和公共卫生管理专业人员知识更新培训。各册医学影像读物还是英语教师不可多得的教学参考资料。

医学的根本目的是促进人的健康。什么是健康呢？世界卫生组织在1948年的章程中把健康定义为“体格、精神与社会的完整健康状态，而不仅仅是没有疾病”（A state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity）。这个定义告诉人们，健康是一种状态，是个人身心和社会健康的完整状态，个人健康与社会健康是联系在一起的。但这个定义并没有告诉人们应当做些什么，如何来做，才能达到和保持这种状态。

60多年来，医学进步使我们对健康、影响健康的因素、保持和促进健康的方法等的认识不断发展。当代医学是一门综合性、发展中的动态学科。医学与健康科学各个领域里每天的新发现、新发展和新突破，使人们对健康的认识不断深化，旧的想法和做法不断被新的科学知识和实践所取代。当今的健康不只是医学问题，健康与个人的基因、环境、生活方式、经济、社会保障、医疗制度、医疗服务、技术发展、个人心理等因素密切联系在一起。

要达到“体格、精神与社会的完整健康状态”，人们需要有宏观的健康意识，即健康是多种因素相互作用的结果，健康需要把医学健康科学知识有效用于日常生活中去。从这层意义上讲，健康是一门学问、健康是一种行为。很少有人不希望自己健康生活的，但是希望健康不等于就有健康了。把希望变成现实，需要付诸行动。而正确的行动需要有科学的知识来指导。《当代医学新视野》从多角度、全方位展示了当今医学健康领域里的研究新发现和新成果，

通过影像和文字双重形式,生动记录了当代医学健康各个领域的发展轨迹,反映了医学的未来发展趋势。这些新发现和新成果,为读者把希望中的健康变成实际上的健康所作的实践提供了有价值的知识参考。

美国的一位医生 Lisa Sanders 医学博士曾在美国《纽约时报》上撰文回忆她学医和从医的经历。她提到在医学院第一天开学典礼上,医学院院长对入学新生讲了这样一句令她难以忘怀的话:“我们今天教给你们的,有一半在几年以后是错的(Half of what we teach you here is wrong in a few years.)。”这句话同样警示我们:对健康的认识是在不断发展和深化的。昨天的知识因今天的科学研究发现而变得过时了。昨天那些无益的做法,也因今天的科学研究证明在某种程度上变得有效了。这句话还警示我们:保持和促进健康的做法,是从片面到全面不断完善的。认识的深化和做法的完善,是要通过不断的学习和实践来实现的。《当代医学新视野》为我们学习健康新知识、树立健康新观念、实践健康新做法,提供了新的视角。

正因此,我们要称道《当代医学新视野》编者们的努力,感谢他们把当今最新的医学发展的新发现和成果加以系统的汇集整理,以影像阅读和文字阅读相结合的方式展现给更多专业和非专业的读者,同时也为高等学校和社会各界开展和促进健康教育,汲取和普及健康科学新知识,提供了新颖、独特的好教材。

他山之石,可以攻玉。是为序。

陈社胜

2011年6月于复旦大学枫林校园

前 言

《当代医学新视野》是与众不同、博采众长的医学与英语影像阅读和文字阅读相结合的新型医学英语教材。整套教材以专业地道的英语,多角度、全方位介绍和叙述当代医学健康领域的新研究、新发现、新成果,知识内容的科学性、通俗性、前沿性和人文性完美结合于一体。

本册书共12篇,由169个医学影像、文字阅读段落、形式多样的语言练习组成,内容包括饮食、睡眠、饮酒、吸烟、肥胖、运动锻炼、营养补充、食品安全、用药安全、环境与健康、青少年健康、女性健康、老龄与健康、精神健康、性与健康等方面。一幅幅画面,直观多彩地记录了读者无法亲历的场景。一条条信息,传达当代医学健康科学各个领域的发展与趋势。一项项进展,多角度、全方位揭示着生命与健康的奥秘。一篇篇故事,生动地讲述着病人同疾病作斗争的经历。我们相信,在你认真看过、读过之后,你的视野会更宽,你的思维会更活,你对健康的认识会更全,你的英语水平会更高。

影像阅读(imaging reading)是随着信息技术革命发展而兴起的一种新的接受和认知信息的方式。与传统的文字阅读不同,影像阅读使读者通过声音、图像、色彩、文字等要素有机组合的立体方式来接受和认知信息。当信息技术革命深入社会生活各个角落时,人们已经不再满足于以文字阅读来获取信息,而是越来越多地以有声有色、丰富多彩、生动有趣的影像阅读来补充或替代文字阅读。

影像阅读是语言学习中的多任务处理(multitasking)信息的一种方式。多任务处理是指人们一次同时处理不止一件事,并在一定时间里尽可能处理完成更多的事。影像阅读这种多任务处理信息,使学习者在同一时间里既听语

言又看影像还读文字。大脑同时在其不同区域里对这些“声像字”形式的信息进行处理,给予不断的反应和反馈。对英语学习而言,影像阅读要求大脑对接受和处理多种信息的反应更快、更灵敏,因而比文字阅读更具有挑战性。作为一种新的教学手段,影像阅读比单纯的文字阅读更具形象性、生动性。在信息多媒体时代,影像阅读可以很好地用来促进学习和教学质量的提高。

《当代医学新视野》可用于高等院校的医学英语影像视听课程、医学健康教育或在职医学卫生相关专业人员的知识更新。长期从事医学与英语教学的复旦大学教师赵世澄、殷建国、戴月珍等参加了本书的部分编写工作。我们在此特别要提及和感谢 Dr. Timothy Johnson (Chief Medical Editor for ABC News), Dr. Nancy Snyderman (NBC's Chief Medical Editor), Dr. Robert Bazell (NBC's Chief Science and Health Correspondent), Dr. Jon LaPook (CBS Medical Correspondent), Brian Williams (NBC Nightly News Anchor), Katie Couric (CBS Evening News Anchor) 等资深记者和节目主持人对此书的贡献。他们客观、专业的报道和讲解,向社会传递了大量当代医学与健康科学发展的新信息,也丰富了本书使用者的视野。

编写医学与英语影像阅读书是编者的一种新尝试,其中会有不足和缺陷。使用者的建设性批评和建议有助于编者在编写《当代医学新视野》其他几册时做得更好。

编 者
2011 年 6 月

目 录

第一篇 饮食	1
篇章概览	1
影像选读 1 地中海式饮食	3
影像选读 2 生态型阿金食谱	4
影像选读 3 饮食与 DNA 变化	5
影像选读 4 每天喝咖啡,死神远离你	6
影像选读 5 揭穿饮食之迷	8
影像选读 6 糖分子与肝脏受损	10
影像选读 7 饮食的争议	13
影像选读 8 过度用盐	14
影像选读 9 关于糖的苦涩真相	16
影像选读 10 瓶装水惹争议	19
第二篇 睡眠	21
篇章概览	21
影像选读 1 大脑控制睡眠	22
影像选读 2 睡眠与感冒	23
影像选读 3 睡眠与车祸	24
影像选读 4 应对失眠	25
影像选读 5 睡眠不足影响健康	26
影像选读 6 如何处理睡眠问题	28
影像选读 7 缺少睡眠增加心脏病风险	30
影像选读 8 儿童与睡眠	32



Contents

Section 1 Diet	1
Overview	1
S1VC 1 Mediterranean Diet	3
S1VC 2 Ecoatkins Diet	4
S1VC 3 Diet and DNA Change	5
S1VC 4 Cup of Coffee a Day Keeps the Reaper Away	6
S1VC 5 Debunking Diet Myths	8
S1VC 6 Sugar Molecule Linked to Liver Damage	10
S1VC 7 Diet Debate	13
S1VC 8 Excessive Salt	14
S1VC 9 The Bitter Truth about Sugar	16
S1VC 10 Bottled Water Debate	19
Section 2 Sleep	21
Overview	21
S2VC 1 Brain Controls Sleep	22
S2VC 2 Sleep and Colds	23
S2VC 3 Sleep and Car Crash Rates	24
S2VC 4 Dealing with Insomnia	25
S2VC 5 Sleep Deprivation Affects Health	26
S2VC 6 Ways to Tackle Sleep Disorders	28
S2VC 7 Lack of Sleep Could Increase Heart Disease Risk	30
S2VC 8 Children and Sleep	32

影像选读 9	锻炼和睡眠能减少癌症风险	33
--------	--------------------	----

影像选读 10	女性的恶梦甚于男性	35
---------	-----------------	----

第三篇 吸烟

篇章概览	37
------------	----

影像选读 1	吸烟与社会阶层	38
--------	---------------	----

影像选读 2	吸烟与智力衰退	39
--------	---------------	----

影像选读 3	女性与吸烟	40
--------	-------------	----

影像选读 4	电影与吸烟	42
--------	-------------	----

影像选读 5	戒烟	43
--------	----------	----

影像选读 6	肺癌与遗传因素	44
--------	---------------	----

影像选读 7	吸烟的致死性比以往更强?	47
--------	--------------------	----

影像选读 8	吸二手烟	48
--------	------------	----

第四篇 运动锻炼

篇章概览	51
------------	----

影像选读 1	锻炼指导纲要	52
--------	--------------	----

影像选读 2	女孩与锻炼	54
--------	-------------	----

影像选读 3	健身与肥胖	55
--------	-------------	----

影像选读 4	锻炼与大脑	56
--------	-------------	----

影像选读 5	为心脏健康而行走	57
--------	----------------	----

影像选读 6	锻炼会影响你的 DNA	59
--------	-------------------	----

影像选读 7	锻炼通向长寿	60
--------	--------------	----

影像选读 8	太极拳为睡眠不足者创造奇迹	61
--------	---------------------	----

影像选读 9	瑜伽的益处	63
--------	-------------	----

第五篇 食品安全

篇章概览	66
------------	----

影像选读 1	色拉导致疾病	67
--------	--------------	----

影像选读 2	葡萄与药物相互作用	68
--------	-----------------	----

影像选读 3	食品安全	69
--------	------------	----

影像选读 4	毒牛奶	71
--------	-----------	----



S2VC 9	Exercise and Sleep Can Reduce Cancer Risks	33
S2VC 10	Women Have Worse Nightmares Than Men	35
Section 3	<i>Smoking</i>	37
Overview		37
S3VC 1	Smoking and Social Class	38
S3VC 2	Smoking and Mental Decline	39
S3VC 3	Women and Smoking	40
S3VC 4	Movie and Smoking	42
S3VC 5	Smoking Cessation	43
S3VC 6	Lung Cancer and Genetic Factors	44
S3VC 7	Smoking Deadlier Than Ever?	47
S3VC 8	Third-hand Smoking	48
Section 4	<i>Physical Exercise</i>	51
Overview		51
S4VC 1	Exercise Guidelines	52
S4VC 2	Girls and Exercise	54
S4VC 3	Fitness or Fatness	55
S4VC 4	Exercise and Brain	56
S4VC 5	Walking for Heart Health	57
S4VC 6	Exercise May Affect Your DNA	59
S4VC 7	Exercise Leads to Longevity	60
S4VC 8	<i>Tai Chi</i> Working Wonders for the Sleep-Deprived	61
S4VC 9	Yoga Benefits	63
Section 5	<i>Food Safety</i>	66
Overview		66
S5VC 1	Salad Disease	67
S5VC 2	Grapefruit and Drug Interaction	68
S5VC 3	Food Safety	69
S5VC 4	Tainted Milk	71

影像选读 5	抗食物过敏	73
影像选读 6	海鲜食品的安全	75
影像选读 7	冷冻食品的安全	77
影像选读 8	调查花生污染事件	78
影像选读 9	对健康有益的说法	80
影像选读 10	食物补充品召回	82
影像选读 11	甜饼面团召回	83

第六篇 用药安全

篇章概览	86
影像选读 1 抗生素的不良反应	87
影像选读 2 抗抑郁药物的效用被夸大	88
影像选读 3 药物的相互作用	90
影像选读 4 阿司匹林疗法	91
影像选读 5 高血压用药	92
影像选读 6 婴儿与药物	93
影像选读 7 抗癫痫药影响幼儿智商	95
影像选读 8 与药物成瘾作斗争	96
影像选读 9 加德西疫苗安全性的担忧	97
影像选读 10 止痛药警告	99
影像选读 11 审视止痛药物	101
影像选读 12 药物安全	103
影像选读 13 感冒咳嗽药	106
影像选读 14 抗酸药可能造成骨折风险	107
影像选读 15 防胃酸反流药	109
影像选读 16 控制处方药滥用	111

第七篇 环境与健康

篇章概览		114
影像选读 1	臭虫	115
影像选读 2	交通与心脏病发作	116



S5VC 5	Fighting Allergies	73
S5VC 6	Seafood Safety	75
S5VC 7	Frozen Foods Safety	77
S5VC 8	Peanut Investigation	78
S5VC 9	Health Claims	80
S5VC 10	Dietary Supplements Recall	82
S5VC 11	Cookie Dough Recalled	83
Section 6	Medication Safety	86
Overview		86
S6VC 1	Antibiotics Side-effects	87
S6VC 2	Overstated Effectiveness of Antidepressants	88
S6VC 3	Drug Interaction	90
S6VC 4	Aspirin Therapy	91
S6VC 5	Drug for Hypertension	92
S6VC 6	Baby and Medication	93
S6VC 7	Seizure Drugs Hurt Baby's IQ	95
S6VC 8	Battle with Addiction	96
S6VC 9	Worries about Gardasil Safety	97
S6VC 10	Painkiller Warning	99
S6VC 11	Examining Pain Medications	101
S6VC 12	Drug Safety	103
S6VC 13	Cold Cough Medicine	106
S6VC 14	Antacids Could Pose Risk for Fracture	107
S6VC 15	Acid Reflux Drugs	109
S6VC 16	Curb Prescription Drug Abuse	111
Section 7	Environmental Health	114
Overview		114
S7VC 1	Bedbugs	115
S7VC 2	Traffic and Heart Attack	116

影像选读 3	辐射	118
影像选读 4	温室气体的后果	119
影像选读 5	有毒化学物的威胁	121
影像选读 6	双酚 A 的健康风险	124
影像选读 7	气候变化的影响	125
影像选读 8	空气质量	127
影像选读 9	中国禁用塑料袋	129
影像选读 10	驾车时禁用手机	130
影像选读 11	塑料瓶	132
影像选读 12	水资源稀缺	134
影像选读 13	干渴的地球	135
影像选读 14	空气污染与健康	137
影像选读 15	扫描的安全性	139
影像选读 16	超级干净可能对儿童有害	141

第八篇 青少年健康

篇章概览	143
影像选读 1 打屁股	144
影像选读 2 成年期的品行不端与问题	145
影像选读 3 儿童的思维技能	147
影像选读 4 媒体的使用伤害孩子吗?	148
影像选读 5 电子游戏与暴力	149
影像选读 6 筛查青少年患者的抑郁症	150
影像选读 7 早产	152
影像选读 8 教育与养育心脏健康的儿童	154
影像选读 9 孤独症患者的康复	156
影像选读 10 青少年精神健康筛查	158
影像选读 11 儿童与肾结石	161
影像选读 12 预防儿童运动损伤	163
影像选读 13 一位孩子的出色转变	165



S7VC 3	Radiation	118
S7VC 4	Greenhouse Gases Consequences	119
S7VC 5	Chemical Toxic Threat	121
S7VC 6	BPA Health Risk	124
S7VC 7	The Effects of Climate Change	125
S7VC 8	Air Quality	127
S7VC 9	China Plastic Bag Ban	129
S7VC 10	Cell Phone Ban in Driving	130
S7VC 11	Plastic Bottles	132
S7VC 12	Water Scarcity	134
S7VC 13	A Thirsty Planet	135
S7VC 14	Air Pollution and Health	137
S7VC 15	Scans Safety	139
S7VC 16	Hyper-cleanliness May Be Bad for Kids	141
Section 8	<i>Teen Health</i>	143
Overview		143
S8VC 1	Spanking	144
S8VC 2	Misbehavior and Trouble in Adulthood	145
S8VC 3	Kids' Mental Skills	147
S8VC 4	Is Media Use Harming Children?	148
S8VC 5	Video Game and Violence	149
S8VC 6	Screen Teen Patients for Depression	150
S8VC 7	Premature Births	152
S8VC 8	Raising Heart-healthy Kids	154
S8VC 9	Recovery from Autism	156
S8VC 10	Mental Health Screening	158
S8VC 11	Kids and Kidney Stones	161
S8VC 12	Prevent Sports Injuries in Children	163
S8VC 13	Remarkable Transformation of One Child	165