

爱上科学
一定要知道的
科普经典

★全面介绍·生动讲述·深度解析·完全揭密★

要命的疾病

■ 李禾 编

人体不可避免会出现疾病，不管是大病还是小病，任何一种疾病如果被轻视，都可能引发更大的危害，都可能是要命的。只有科学地认识它们，做到“知己知彼”，才能更好地战胜它们。走进这本《要命的疾病》，科学了解各种疾病，对小病提高认识，对大病积极预防，健康将多一分保障。

中国华侨出版社

爱上科学
一定要知道的
科普经典



要命的疾病

李禾 编

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

要命的疾病 / 李禾编. —北京: 中国华侨出版社, 2013.5

(爱上科学一定要知道的科普经典)

ISBN 978-7-5113-3566-1

I. ①要… II. ①李… III. ①疾病—青年读物②疾病—少年读物 IV. ①R366-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第093189号

爱上科学一定要知道的科普经典·要命的疾病

编 者: 李 禾

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 茶 靡

封面设计: 中英智业

文字编辑: 戴 楠

美术编辑: 刘 佳

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×990mm 1/16 印张: 14 字数: 165千字

印 刷: 北京鑫海达印刷有限公司

版 次: 2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-3566-1

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88859991 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



爱上科学一定要知道的科普经典·要命的疾病

原理很生动，理解不费力，随时随处学科学！

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



“科学技术是第一生产力。”现代科学技术发展日新月异，社会进步已经越来越依靠科学技术，对每个人的科学素质的要求也在不断提高。每个人都必须具备科学素质，而科学素质的培养最好能从小抓起。从孩子的角度来说，世界新鲜而有趣，很多事物激起他们强烈的好奇心，引发他们产生一个个疑问，而答疑解惑的家长或老师，所能解答的却是有限的，也不能做到随时随地的及时。在这样的情况下，能设身处地地为青少年着想，从他们的认知和视角入手的书，无疑是他们所最为喜闻乐见的，将为他们获得科学知识提供莫大的帮助。我们正是以此为契机，精心编撰了《爱上科学一定要知道的科普经典》系列丛书，整套丛书从科学的各个领域出发，展现给青少年读者一个神奇而斑斓的科学世界。

科学存在于我们身边，大自然的各种现象，生活里的各种事物，都蕴含着科学知识；科学阐释了事物的本质，人类孜孜不倦探索的，青少年急于想要知道的，归根结底也是科学。这套丛书从生活中的常见事物出发，以青少年读者的视角提出疑问，又给出科学的解答，揭示生活与自然中的科学，使小读者的诸多疑问迎刃而解。话题经典有趣，视角亲切自然，语言通俗生动，从而帮助每个小读者轻松愉悦地学习科学知识，切实意识到身边处处有科学，学会以科学的态度看待事物，逐渐培养科学精神和创新意识。





人体不可避免会出现一些疾病，有时候是大病有时候是小病，但任何一种疾病如果被轻视，都可能引发更大的危害，甚至是要命的。像艾滋病、癌症这些致命疾病，好像离我们很遥远，但如果对它们科学深入的了解，并采取积极的预防措施，无疑会更有利于我们远离它们、保持健康。像感冒这种常见小病，虽然已经司空见惯，好像极平常极微不足道，但却是万病之源，同样不容忽视。本书——《要命的疾病》，选取最容易危及人体健康与生命的疾病，当然也是离我们最近的疾病，科学讲解各种疾病的病理、危害、特征等知识，并提出常见的健康误区，和针对疾病的预防治疗手段，使读者科学深刻地了解，积极正确地预防各种疾病。

书中的每个话题都紧贴生活，都可随时引发小读者的疑问，抓住他们最感兴趣的话题，从他们的视角出发，从他们的疑问说起，先提问再解答，由现象到本质，由浅入深地讲述科学。探索科学的过程中，有很多有趣的实验、游戏和故事，这些内容使科学知识变得生动有趣，再加上通俗易懂、生动活泼的语言风格，书中讲述的科学知识就变得分外有趣，完全没有了科普读物难以摆脱的晦涩枯燥。

为了使小读者收获更多，“科学小常识”版块，或补充说明，或拓展延伸，极大增加了知识涵量。另外，书中有大量插图，或是展现某种现象，或是解释某种原理，给读者直观的讲解，帮助读者阅读理解；而且文字与图片相得益彰，营造了图文并茂的阅读空间。总之，多角度全方位的人性化设计，使本书成为青少年读者认识疾病的实用版本。

身体是我们的朋友，疾病是我们的敌人。只有科学认识它们，做到“知己知彼”，才能更好地战胜它们。走进这本《要命的疾病》，了解各种疾病的要命之处，对小病提高重视，对大病积极预防，健康将多一分保障。



近视，不容忽“视”的事.....	1
近视：看不清远物	1
“真假”近视	2
呵护“心灵之窗”	3
最常见的致盲性疾病——白内障	5
浑浊的晶状体	5
万恶的自由基	6
人工晶状体	7
微观色盲	9
我们是如何识别色彩的	9
色盲的原因	11
“虫牙”——龋齿	13
牙釉质“受伤”	13
龋齿的发展路线	14
爱吃糖的致龋细菌	15
牙龈炎和牙周炎	17
牙龈生病了	17



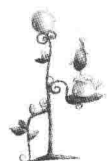


牙周炎造成牙齿脱落	18
自我诊断牙龈炎	19
疯狂的“青春痘”	21
都是皮脂“惹的祸”	21
厌氧的痤疮杆菌	22
千万不要挤痤疮	23
冻疮，寒冷冬日里的困扰	24
皮肤是如何感知寒冷的	24
为什么会生冻疮	25
预防冻疮不止是穿厚点	26
身边的意外伤害——烧伤	28
烧伤	28
化学烧伤和电烧伤	29
烧伤后的家庭急救措施：冷疗	30
水痘，逃不过的疾病	32
水泡是如何形成的	32
得了水痘怎么办	33
很少会得两次水痘	34
令人烦恼的脚气	35
顽固的真菌感染	35
为什么是“脚”气？	36
顽疾脚气	37
毛发全白的白化病	38
能遗传的白化病	38
白化病的强敌——紫外线	39



晕车、晕船的晕动病	41
平衡感受器：内耳前庭	41
为什么有些人容易晕车	42
不能“治愈”的晕动病	43
解密肥胖症	44
我们是如何胖起来的	44
不会消失的脂肪细胞	45
不可忽视的并发症	46
鼠标手，日渐普遍的现代文明病	47
不握鼠标也会得鼠标手	47
“过劳损”的腕管	48
如何预防鼠标手	49
关节的脱臼——脱臼	50
脱臼的发生	50
复发性脱臼	51
“伤筋动骨一百天”——骨折	53
骨骼的自我愈合功能	53
治疗骨折三部曲	54
X 射线，给骨骼照相	55
多孔的骨头——骨质疏松	57
骨头的成分	57
钙是怎么流失的	58
骨质疏松的症状	59
腰椎间盘突出症	60
被挤出的腰椎间盘	60





中老年为何发病率高	61
矫正姿势是核心	62
小心颈椎病	63
颈椎很“脆弱”	63
不同类型的颈椎病	64
抬起头来，保护颈椎	65
伤痕累累的“瓷娃娃”	66
“瓷娃娃”的由来	66
异常的骨胶原	67
都是基因在“作祟”	68
“帝王病” 痛风	69
高浓度的尿酸	69
痛风的并发症	70
远离啤酒与海鲜	71
我们的“老朋友”感冒	72
感冒是怎么回事	72
别等到感冒时才想起运动	73
“感冒是万病之源”	74
常来常往的流感	76
疯狂变异的流感病毒	76
流感病毒的入侵途径	77
H5N1 和 H1N1	77
顽症哮喘	79
发炎的支气管	79
急性和慢性哮喘	80



哮喘药救急	81
高原反应	82
高原和平原比,“差”在哪儿	82
身体的缺氧反应	83
高原人的特征:高原红	84
肺炎探秘	86
肺的保护伞	86
罪魁祸首——肺炎球菌	87
肺炎球菌的克星:抗生素	88
“痨病”肺结核	89
致病细菌结核菌	89
感染不一定发病	90
抗结核药物与超级细菌	91
癌症之首——肺癌	92
认识癌症	92
“兴风作浪”的肺癌细胞	93
被激活的“原癌基因”	94
人体内的定时炸弹——冠心病	96
动脉的粥样硬化	96
冠状动脉的应急措施:侧支循环	98
急救特效药:硝酸甘油	98
先天性心脏病	100
三种先心病	100
微创手术,先心病患者的希望	102





拥堵的静脉——静脉曲张	103
血液逆流，拥挤静脉	103
静脉曲张的后果	104
简单运动，防止静脉曲张	105
病因复杂的贫血	106
红细胞缺少性贫血	106
巨幼红细胞性贫血	107
贫血的危害	108
“无形杀手” 高血压	110
是谁推高了血压	110
口味清淡，降低血压	112
危及其他器官	112
“水手的恐惧” ——坏血病	114
不合格的胶原蛋白	114
维生素 C 用处多	115
血液癌症——白血病	117
“不务正业” 的造血干细胞	117
白细胞到处“使坏”	118
“常规武器”：化疗与放疗	119
“超级武器”：干细胞移植	120
“嗜血的病” ——血友病	122
不会凝固的血	122
特殊的遗传病——隔代遗传	123
镰刀型细胞贫血症	126
小小氨基酸，引起致命病	126



可遗传的分子病	127
不可小瞧的胃溃疡	129
胃保护自己的三个绝活	129
最常见病因——幽门螺旋杆菌	130
阑尾发炎不可一切了之	132
阑尾有用论	132
阑尾炎的形成	133
阑尾切除需慎重	134
健康隐患：胆结石	135
胆囊与胆汁	135
复杂的成因	136
突发的胆绞痛	137
乙型肝炎全揭秘	138
乙肝携带者	138
乙肝病毒“借刀杀人”	139
两对半、大三阳、小三阳	140
不可逆转的肝硬化	142
纤维化，肝硬化	142
肝硬化的症状	143
酒精性肝硬化	144
最明显的营养缺乏——碘缺乏病	145
碘为什么很重要	145
大脖子病	146
加碘食盐，吃盐又补碘	147





走近糖尿病	149
胰岛素与胰高血糖素：一对“死敌”	149
糖尿病的类型	150
糖尿病与营养代谢	151
话说肾炎	153
血液的过滤网	153
水肿、蛋白尿和血尿	154
重吸收的肾小管	155
扁桃体发炎了	157
扁桃体：健康“看门人”	157
肿大的扁桃体	158
扁桃体可以切除吗	159
千变万化的淋巴瘤	160
健康卫士——淋巴细胞	160
千变万化	161
过敏是怎么回事	163
过敏的三个条件	163
过敏反应	164
“重要角色”组织胺	165
免疫系统“倒戈”——类风湿性关节炎	167
成因的两种解释	167
严重的关节损害	168
长期持久的对抗	169
超级绝症：艾滋病	170
可怕的艾滋病毒	170



艾滋病毒如何“扩军”	172
握手、拥抱不感染	173
世界第二大死因：脑中风	175
脑血管的意外	175
高血压引起脑中风	176
抢救药物	177
流行性乙型脑炎	178
乙脑病毒	178
保护大脑的血脑屏障	179
乙型脑炎的各种症状	180
可怕的脊髓灰质炎	182
“病从口入”	182
麻痹肌肉	183
疫苗的伟大功绩	184
“羊癫疯” 癫痫	186
人体内的生物电	186
混乱的信号传导	187
保护突然发作的癫痫病人	188
慢性“杀手” 帕金森病	189
多巴胺分泌不足	189
主要特征——静止性震颤	190
治疗现状	191
探秘植物神经紊乱	193
不受意识控制的植物神经	193
植物神经与大脑皮层	194





内因是根本，外因是条件	195
脑力劳动者的烦扰——神经衰弱	197
折磨人的神经衰弱	197
过度“负重”的神经系统	199
积极乐观的自我锻炼	199
失眠是大事	201
睡眠的好处	201
控制睡眠的开关	202
安眠药为什么能催眠	203
“沉默杀手”抑郁症	205
表现多样的抑郁症	205
病因不明	206
告别抑郁	207