

漫画

饮食 健康 体育

MANHUA

十万个为什么

SHIWAN GE WEISHENME

· 我的科学漫游馆 ·



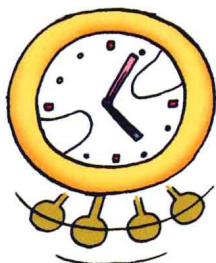
浙江出版联合集团
浙江少年儿童出版社



十万个为什么?

SHIWANGE WEISHENME

· 我的科学漫游馆 ·



饮食 健康 体育

MANHUA



浙江出版联合集团
浙江少年儿童出版社

图字:11—2010—70

图书在版编目(CIP)数据

漫画十万个为什么. 饮食·健康·体育/崔春吉译. —
杭州:浙江少年儿童出版社, 2011. 6

(我的科学漫游馆)

ISBN 978-7-5342-6437-5

I. ①漫… II. ①崔… III. ①饮食-少儿读物②健康-少儿读物③体育-少儿读物 IV. ①Z228.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 056825 号

Scientific Facts at a Breath Vol. 4: Food and Health

Text & Illustrations © KIM Seok-Cheon(金锡泉), 2003

All rights reserved.

Chinese (Simplify) Translation copyright © Zhejiang Juvenile
and Children's Publishing House Co., Ltd., 2011

Published by arrangement with Woongjin Think Big Co., Ltd.

责任编辑 周 虹

美术编辑 楼迎春

责任印制 林百乐

我的科学漫游馆

漫画十万个为什么 饮食·健康·体育

[韩]金锡泉 著 崔春吉 钟蕾 译

浙江少年儿童出版社出版发行

(杭州市天目山路 40 号)

杭州滨江彩印厂印刷 全国各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 12 印数 1—10000

2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978—7—5342—6437—5

定价: 21.00 元

(如有印装质量问题, 影响阅读, 请与购买书店联系调换)

编者的话

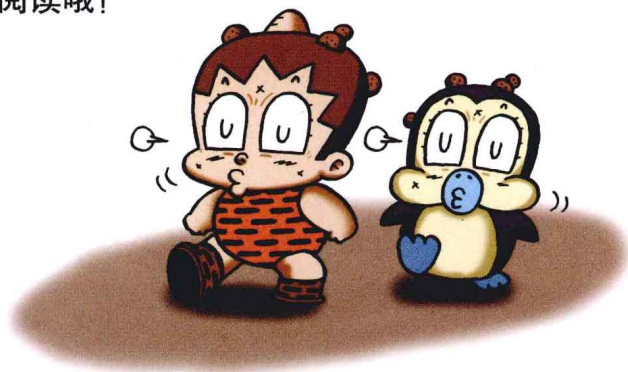
对身边发生的事或现象进行深入思考，是学习和探索科学最重要的态度。养成仔细思考的良好习惯，你就会发现日常所发生的各种事情或现象都有它的原因，并有着一定的规律。

科学并不都是由复杂的数字或很难的计算构成，也不是远离我们的生活而存在。在日常生活中，我们每天体验到的就是科学。如果你对周围发生的各种现象抱着好奇心去寻找它们的起因，相信你会对科学产生浓厚的兴趣。这将成为你向科学世界迈进的第一步。

《我的科学漫游馆·漫画十万个为什么》把小朋友们感到疑惑或想了解的科学常识编绘成漫画展现给大家。小朋友们可以跟着小精灵丁冬和魔法师约翰叔叔一起步入有趣的科学探险世界。通过这套书，大家既能读到淘气鬼丁冬和善良魔法师约翰叔叔之间发生的趣事，还能学到实实在在的科学常识。

本册讲述了与我们的日常生活密切相关的饮食、健康以及体育方面妙趣横生的科学常识。本书内容特请浙江自然博物馆金幸生、钱周兴教授审定。

你想知道的为什么就藏在故事中，专门用不同的字体标出，请小朋友注意阅读哦！



目录



饮食篇

- 2 为什么把大豆叫做“旱田里的牛肉”?
- 4 为什么吃冷面要加点醋?
- 6 喝牛奶为什么有益健康?
- 8 草莓牛奶里真的有草莓吗?
- 10 酱油里为什么要放木炭?
- 12 为什么在海拔高的地方煮不熟饭?
- 14 煮熟的虾为什么会变红?
- 16 为什么吃辣椒会打嗝?
- 18 如何辨别蔬菜与水果?
- 20 为什么吃生菜会发困?
- 22 为什么虫子吃过的水果是好的?
- 24 为什么西红柿撒糖吃不好?
- 26 为什么不能把香蕉放入冰箱储藏?
- 28 为什么橘子吃多了皮肤会变黄?
- 30 为什么吃中药时不宜吃萝卜?
- 32 吃柿子真的会便秘吗?
- 34 喝咖啡脑子会变笨吗?
- 36 为什么维生素 C 有酸味?
- 38 可乐为什么有刺激的味道?
- 40 为什么用锡箔包口香糖?
- 42 为什么吃红薯爱放屁?
- 44 软冰激凌是怎样制成的?
- 46 吃硫磺鸭对身体有好处吗?
- 48 土豆有毒吗?
- 50 为什么吃炸酱面碗底会有水?
- 52 早餐为什么重要?
- 54 为什么把饭泡在水里吃不好?
- 56 为什么吃泡菜对身体有好处?

健康篇

- 60 为什么用黄瓜进行脸部按摩?
- 62 为什么甜食吃多会蛀牙?
- 64 吃烧焦的肉为什么不好?
- 66 一定要饭后 30 分钟才可吃药吗?
- 68 为什么饭后剧烈运动不好?
- 70 为什么突然跑步肋下会疼痛?
- 72 伤口涂唾液有效果吗?
- 74 为什么下雨前爷爷会腰痛?
- 76 被蜜蜂蜇了为什么涂肥皂水?
- 78 为什么眼睛看近处会疼?
- 80 为什么眼睛会变坏?
- 82 为什么结疮痂会发痒?
- 84 为什么消化不良时用针扎手指?
- 86 为什么凉的食物吃多了会肚子疼?
- 88 为什么肚子痛时喜欢妈妈的手抚摸?
- 90 为什么夏天宜吃热食?
- 92 为什么碰撞后会有淤血?
- 94 为什么感冒了会流鼻涕?
- 96 感冒时为什么喝热汤好?
- 98 为什么吃了感冒药会发困?
- 100 疲劳时口腔为什么会溃疡?
- 102 为什么疲劳时会流鼻血?
- 104 为什么午饭后会发困?
- 106 为什么总是吃一样的食物会感到腻味?
- 108 为什么有些人睡觉会打呼噜?
- 110 为什么晚上比白天咳嗽得更厉害?
- 112 吃热饭时为什么会咳嗽?
- 114 妈妈生了弟弟为什么要吃海带?

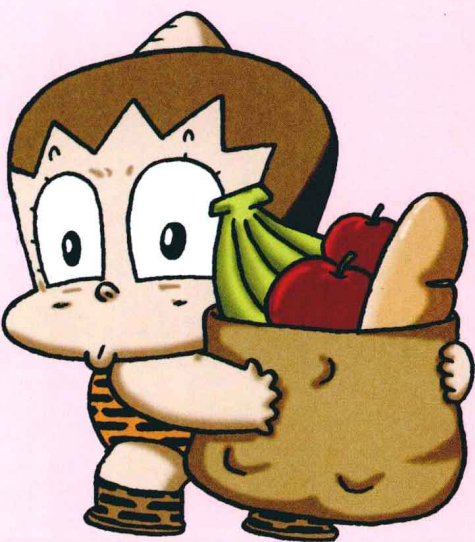
饮食·健康·体育

漫画十万个为什么



体育篇

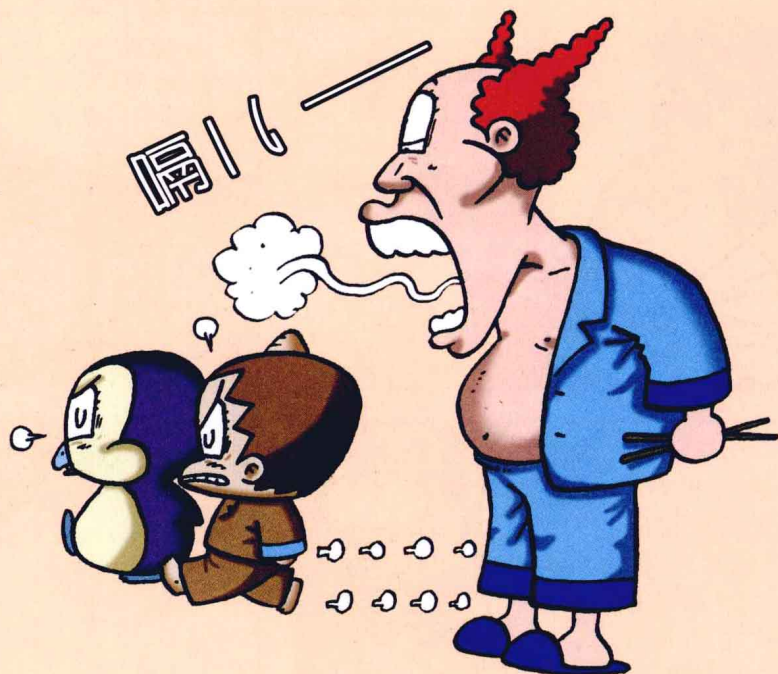
- 116 为什么冰激凌吃得太急会头痛?
- 118 为什么要在屁股上打针?
- 120 婴儿为什么不晕车?
- 122 为什么人类比动物更容易患病?
- 124 脑袋挨打会变笨吗?
- 126 昏厥的原因是什么?
- 128 夏季出汗后补充盐分有什么作用?
- 130 节食中途停止会怎样?
- 132 氧气瓶里装的究竟是什么?



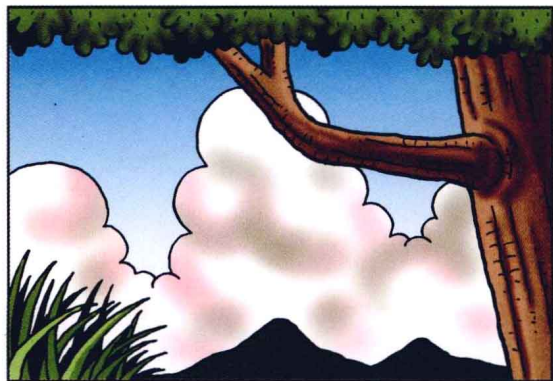
- 136 受伤时喷的喷雾是什么?
- 138 跑步时为什么要穿运动鞋?
- 140 为什么掷铁饼时要快速旋转身体?
- 142 棒球运动员为什么能击中快速运动的棒球?
- 144 为什么专业棒球手只使用木制棒球棒?
- 146 为什么在山顶棒球场容易出现本垒打?
- 148 旋球是怎样投出来的?
- 150 棒球运动员为什么在眼睛下面涂黑漆?
- 152 为什么在滑雪场要戴防风镜?
- 154 游泳运动员为什么不穿漂亮泳装?
- 156 声援对运动员有影响吗?
- 158 为什么坚持锻炼会产生健美的肌肉?
- 160 在冰上能滑旱冰吗?
- 162 大热天运动对身体有什么影响?
- 164 在操场上跑步为什么要按逆时针方向?
- 166 职业自由式摔跤比赛怎样进行?
- 168 为什么运动后喝离子饮料好?
- 170 在体育比赛中如何测算0.001秒?
- 172 游泳池里为什么要右侧通行?
- 174 运动后马上吃饭会发胖?
- 176 做什么运动可以减肥?
- 178 为什么棒球场的地面不易积水?
- 180 热气球是怎样升上天的?
- 182 金牌是用金子做的吗?

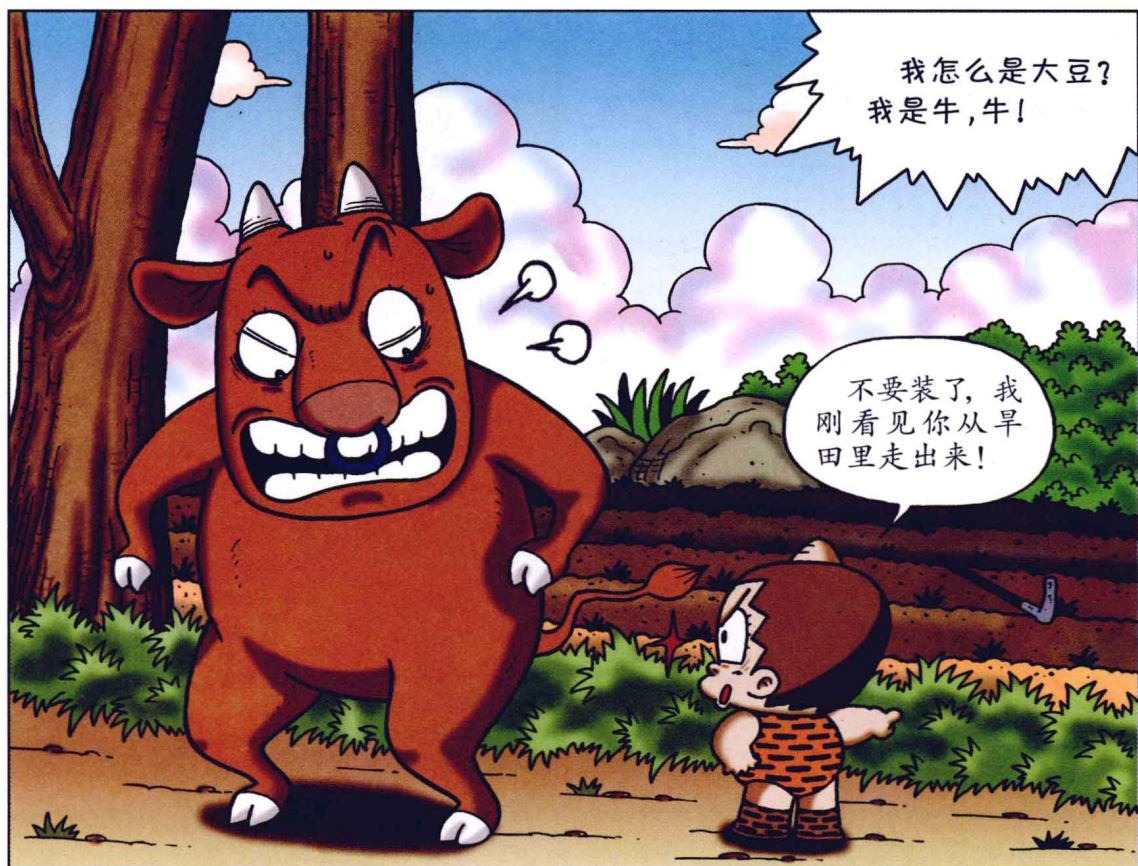
饮食篇

为什么吃冷面时要加点醋？橘子吃多了皮肤会变黄吗？……
在我们的日常饮食中，隐藏着很多神奇的秘密。随着对饮食秘密的逐步了解，你的生活常识会一天天增加。



为什么把大豆 叫做“旱田里 的牛肉”？



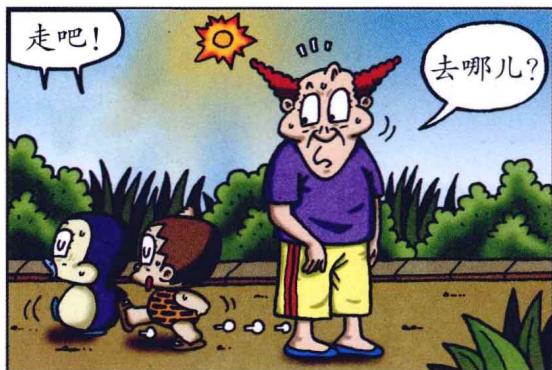


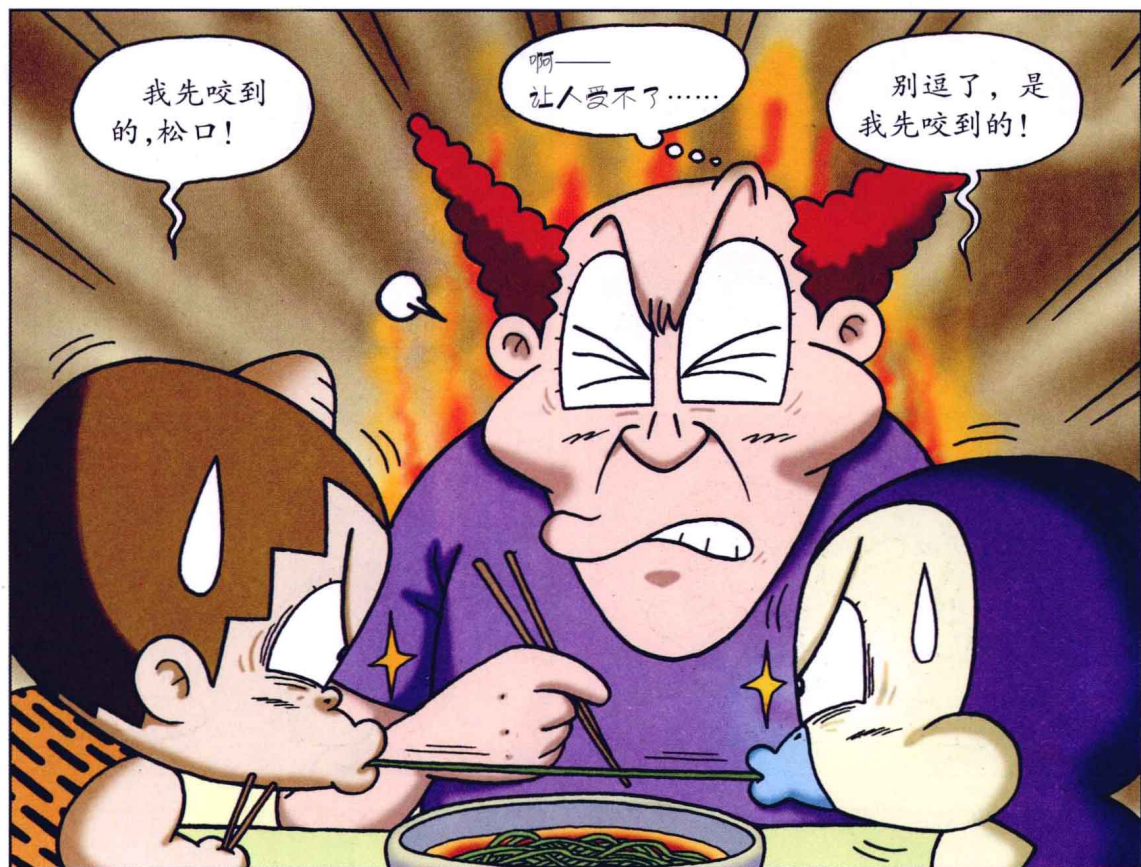
大豆与牛肉有 相辅相成的功效

把大豆称为“旱田里的牛肉”，是因为大豆含有大量蛋白质、脂肪、B族维生素等营养成分。蛋白质分解成氨基酸被人体吸收，氨基酸是人体必需的一种营养成分。如果将牛肉和大豆一起吃，牛肉中的氨基酸和大豆中的氨基酸可相互补充，为人体提供丰富的营养。



为什么吃冷面 要加点醋？



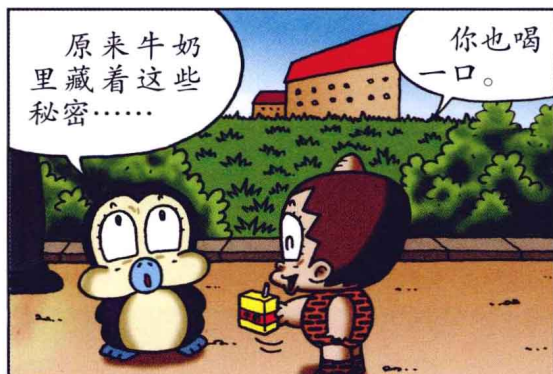


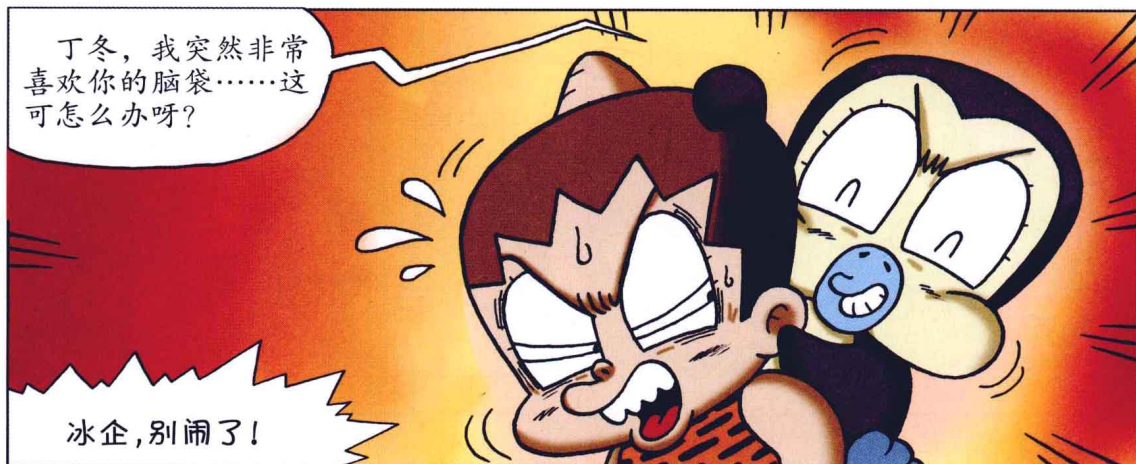
预防食物中毒的门将

醋具有很强的杀菌效果，可以有效地预防夏季容易传染的痢疾、伤寒等疾病。吃冷面时加点醋，不仅能增强食欲，还能预防腐败菌的繁殖，避免食物中毒。



喝牛奶为什么 有益健康?





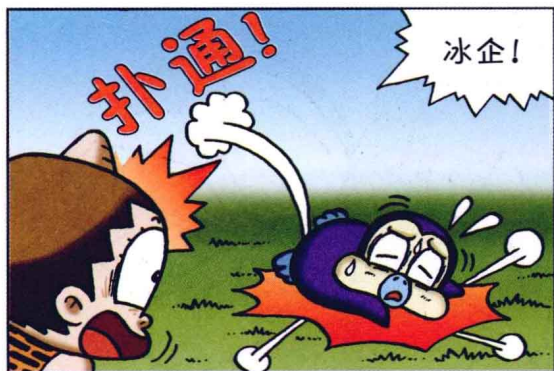
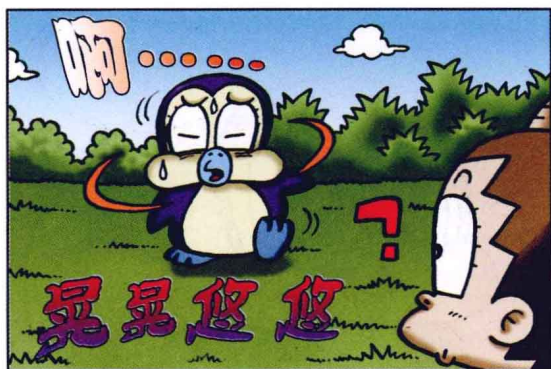
牛奶是完整食品

把牛奶称为完整食品，是因为不吃其他食品光喝牛奶也能生存。牛奶含有人体所需的几乎所有的营养成分，如蛋白质、碳水化合物、脂肪、钙、磷、铁和各种维生素等。另外，鸡蛋也是完整食品。

草莓牛奶里

真的有

草莓吗？



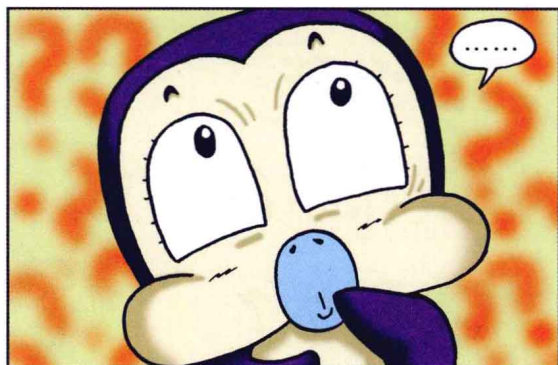


草莓和牛奶的巧妙搭配

草莓是含维生素C最多的水果。每100克草莓含80毫克的维生素C，是橘子的维生素C含量的两倍。每天吃五六颗草莓，就可以满足一天所需的维生素C(约50毫克)。草莓和牛奶或奶油一起吃效果最佳，一方面可以减弱草莓的刺激性酸味，使口感更好；另一方面可以补充草莓里缺少的蛋白质和脂肪，保持营养的均衡。

酱油里为什么 要放木炭?





木炭被广泛用于净水器中

木炭是把木头放进火里烧制而成的，是木头被烧成灰之前的黑色块状物。在烧制过程中，木炭表面产生无数小孔，使木炭的表面积大大增加。因此，木炭接触水或空气的面积也大大增加，能很好地吸收不纯物质。木炭的这种净化作用，目前被广泛地用于净水器中。