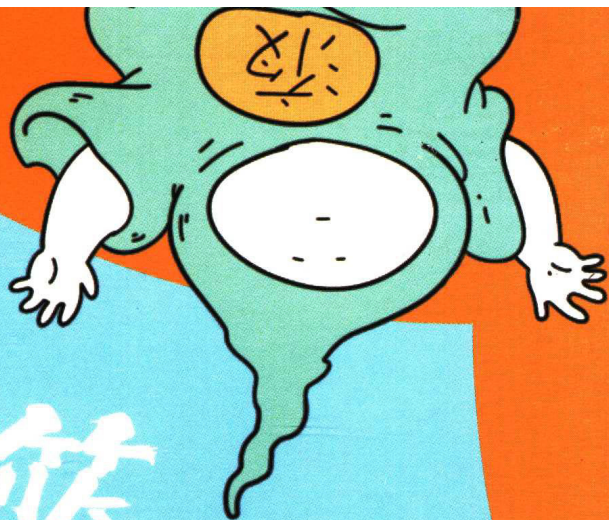




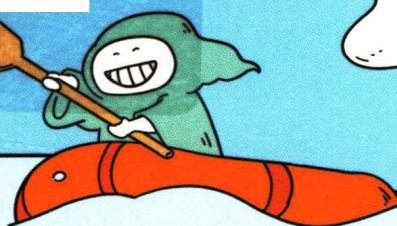
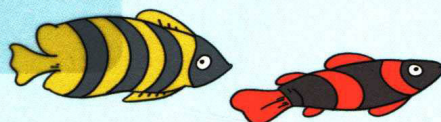
生命的摇篮 水娃娃

我是
小中医

中国日报新媒体 ○ 联合监制

春芽 ○ 著

瓦西李 李筱甜 ○ 绘



CS K 湖南科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

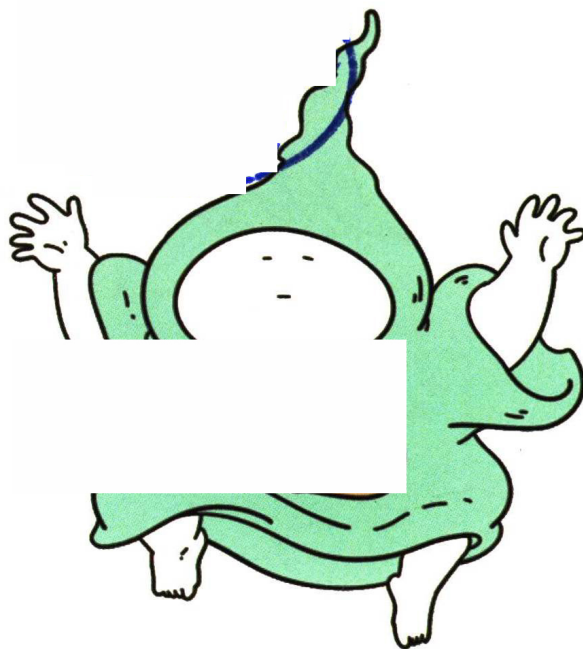


生命的摇篮 水娃娃

中国日报新媒体 ○ 联合监制

春芽 ○ 著

瓦西李 李筱甜 ○ 绘



CBS K 湖南科学技术出版社 · 长沙

图书在版编目(CIP)数据

生命的摇篮水娃娃 / 春芽著 ; 瓦西李, 李筱甜绘. — 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2023. 11

(我是小中医)

ISBN 978-7-5710-2550-2

I. ①生… II. ①春… ②瓦… ③李… III. ①中国医药学—儿童读物 IV. ①R2-49

中国国家版本馆 CIP 数据核字(2023)第 227116 号

WO SHI XIAOZHONGYI

我是小中医

SHENGMING DE YAOLAN SHUI WAWA

生命的摇篮水娃娃

著 者: 春 芽

绘 者: 瓦西李 李筱甜

出 版 人: 潘晓山

责任编辑: 邹 莉 张叔琦

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市芙蓉中路一段 416 号泊富国际金融中心

网 址: <http://www.hnstp.com>

湖南科学技术出版社天猫旗舰店网址:

<http://hmkjcs.tmall.com>

邮购联系: 0731-84375808

印 刷: 湖南省众鑫印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙县榔梨街道梨江大道 20 号

邮 编: 410100

版 次: 2023 年 11 月第 1 版

印 次: 2023 年 11 月第 1 次印刷

开 本: 889mm×600mm 1/12

印 张: $3\frac{1}{3}$

字 数: 24 千字

书 号: ISBN 978-7-5710-2550-2

定 价: 26.00 元

(版权所有·翻印必究)

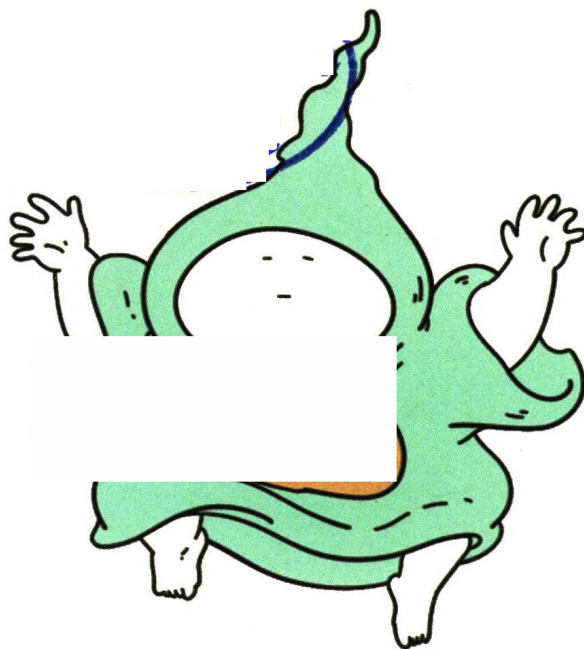
我是
小中医

生命的摇篮 水娃娃

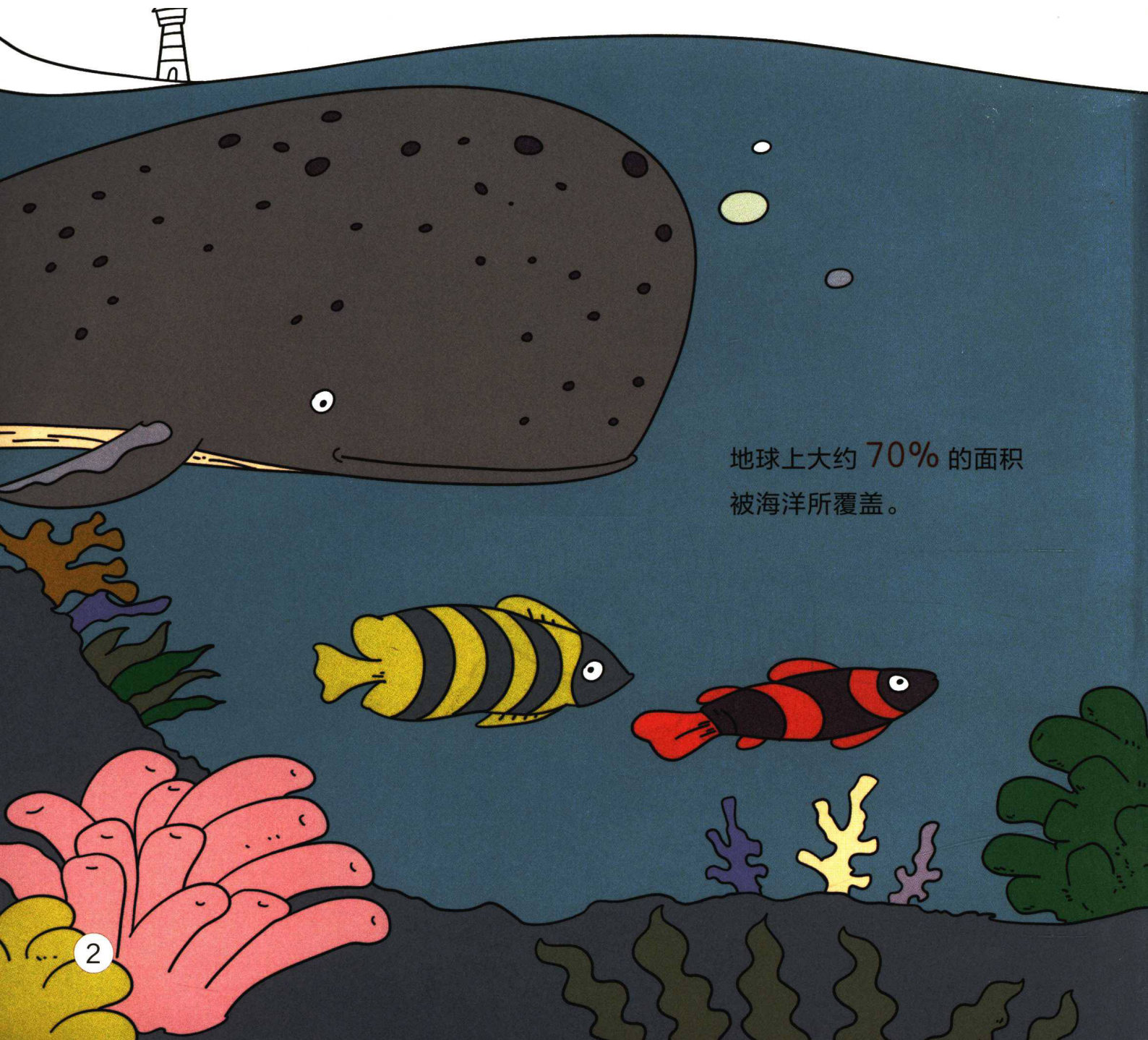
中国日报新媒体 ○ 联合监制

春芽 ○ 著

瓦西李 李筱甜 ○ 绘

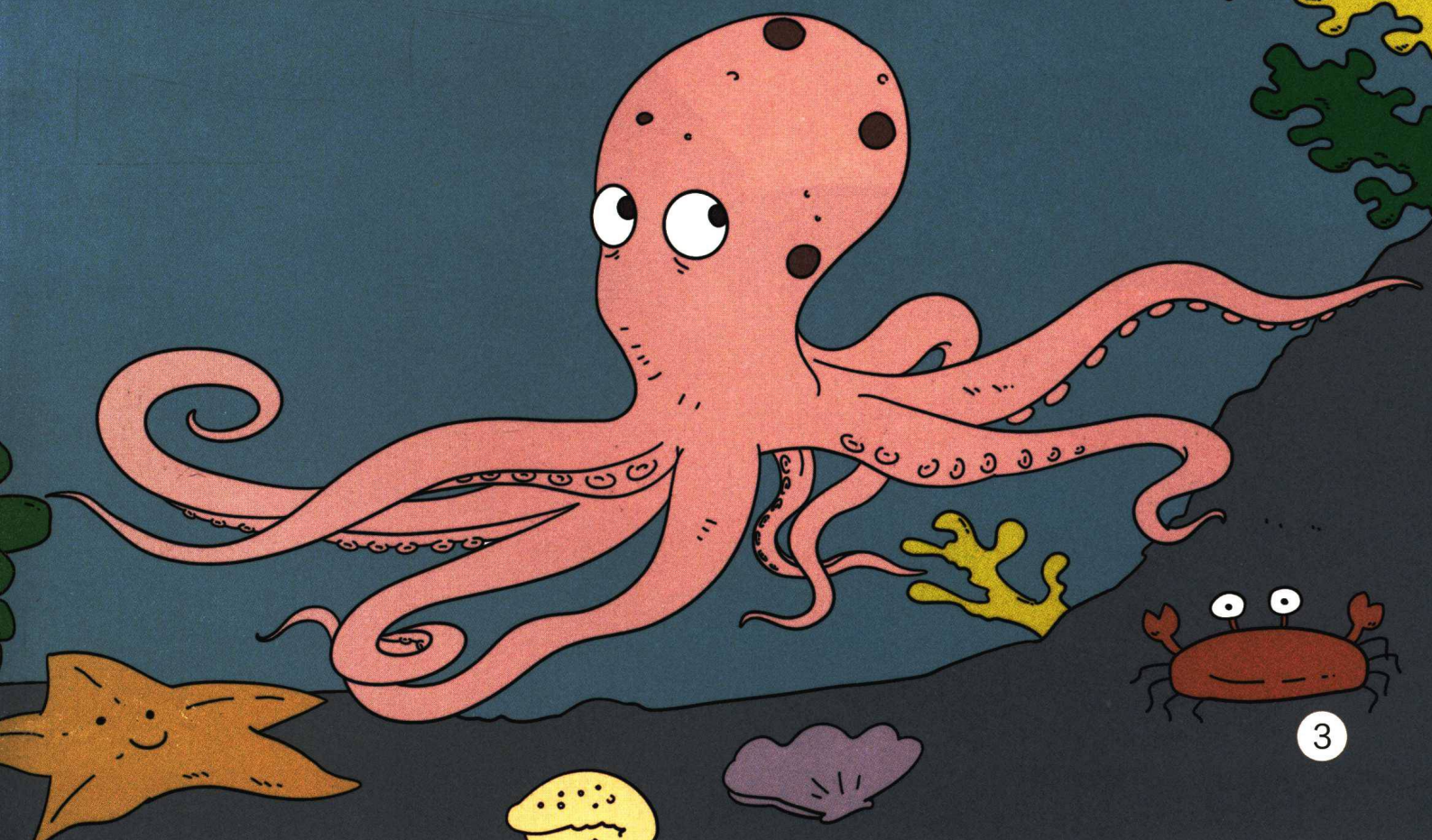
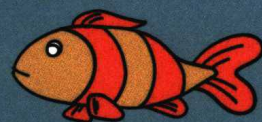


CS K 湖南科学技术出版社 · 长沙

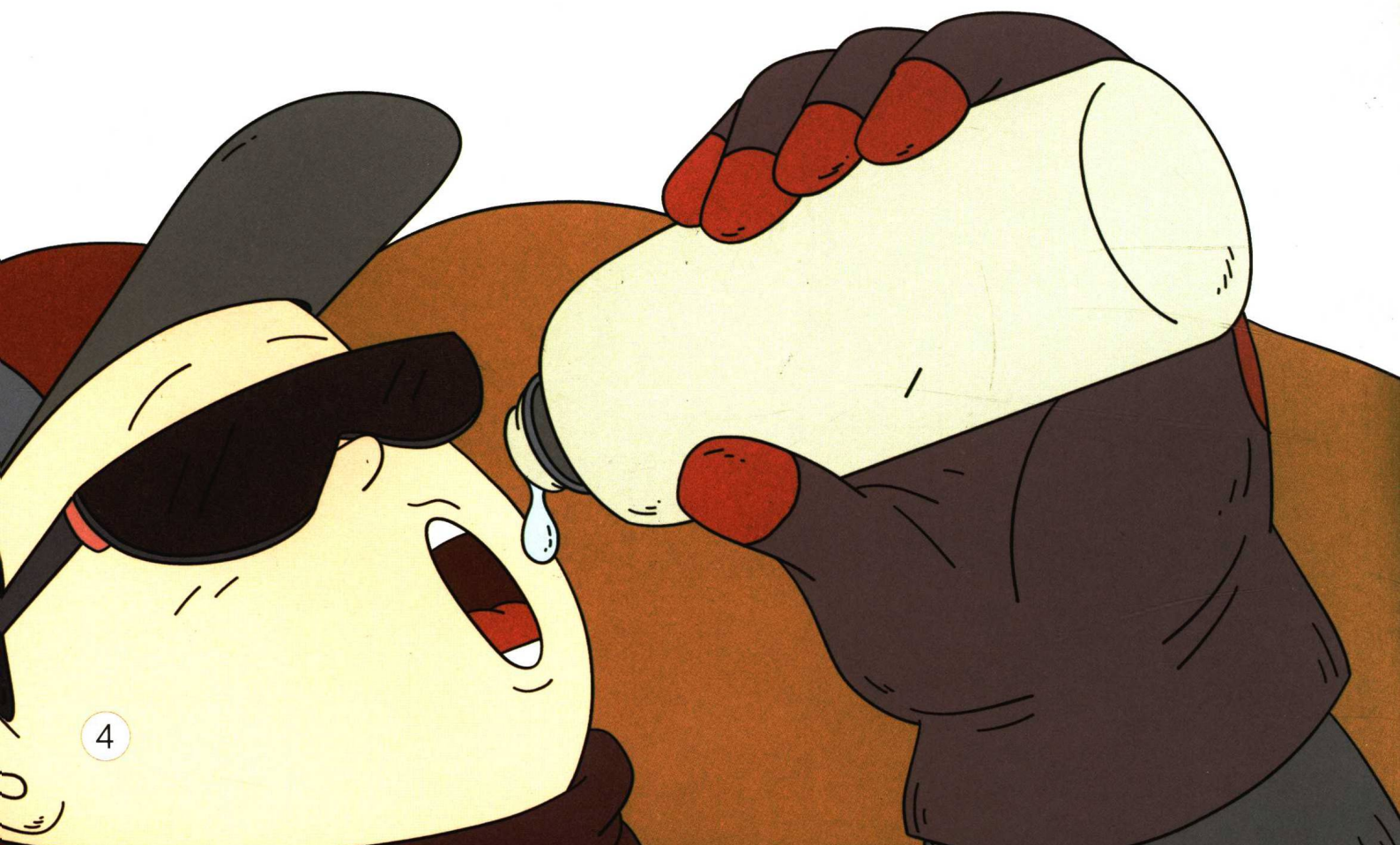


地球上大约 70% 的面积
被海洋所覆盖。

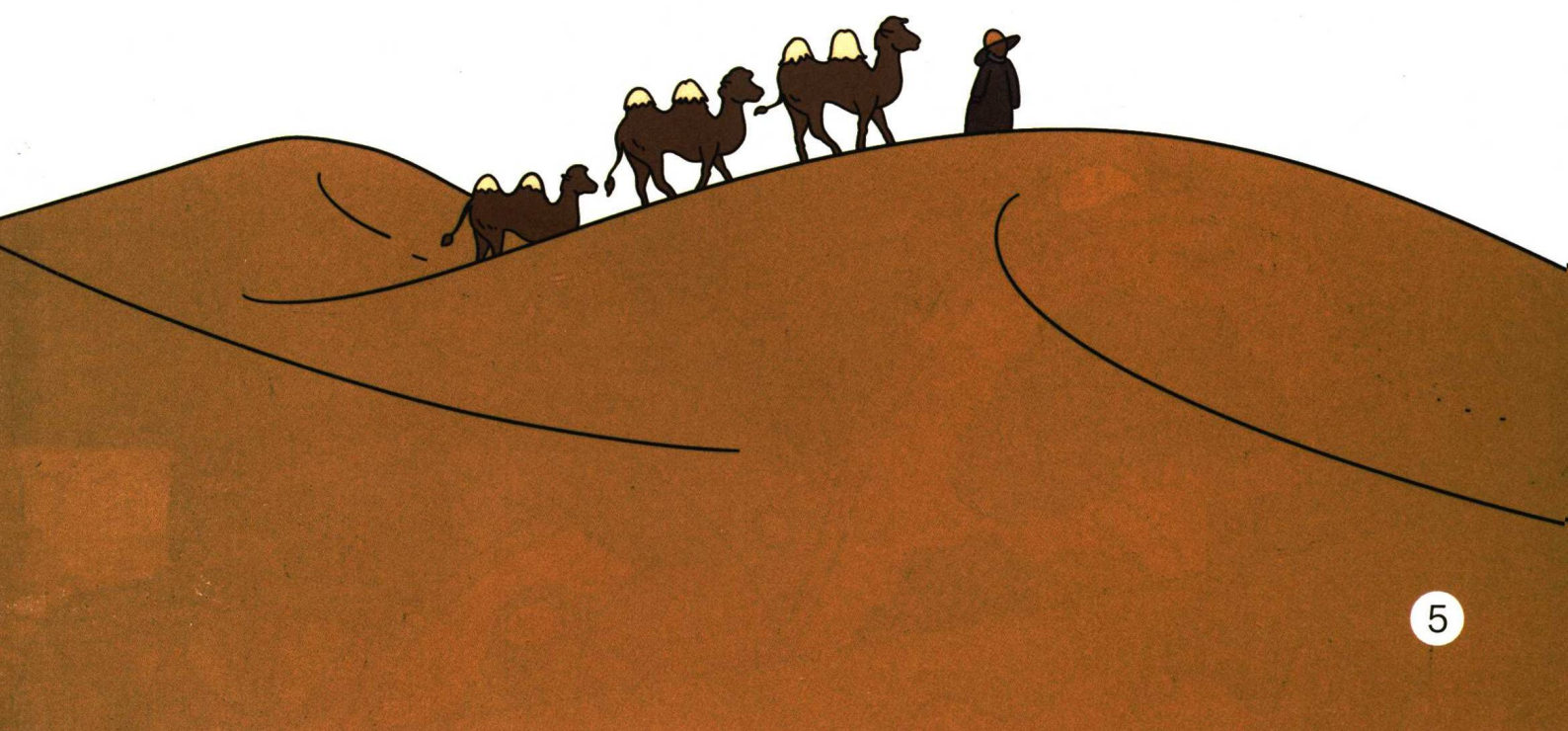
海洋孕育出了地球上最原始的生命，
地球上几乎所有的生物都无法离开水而生存、繁衍，
水是生命的摇篮。



有研究表明：水是构成人体的重要物质。



正常情况下，人体中水的重量可达到体重的一半以上。
如果脱离了水的补充，只需 3~7 天，人的生命就会受到威胁。



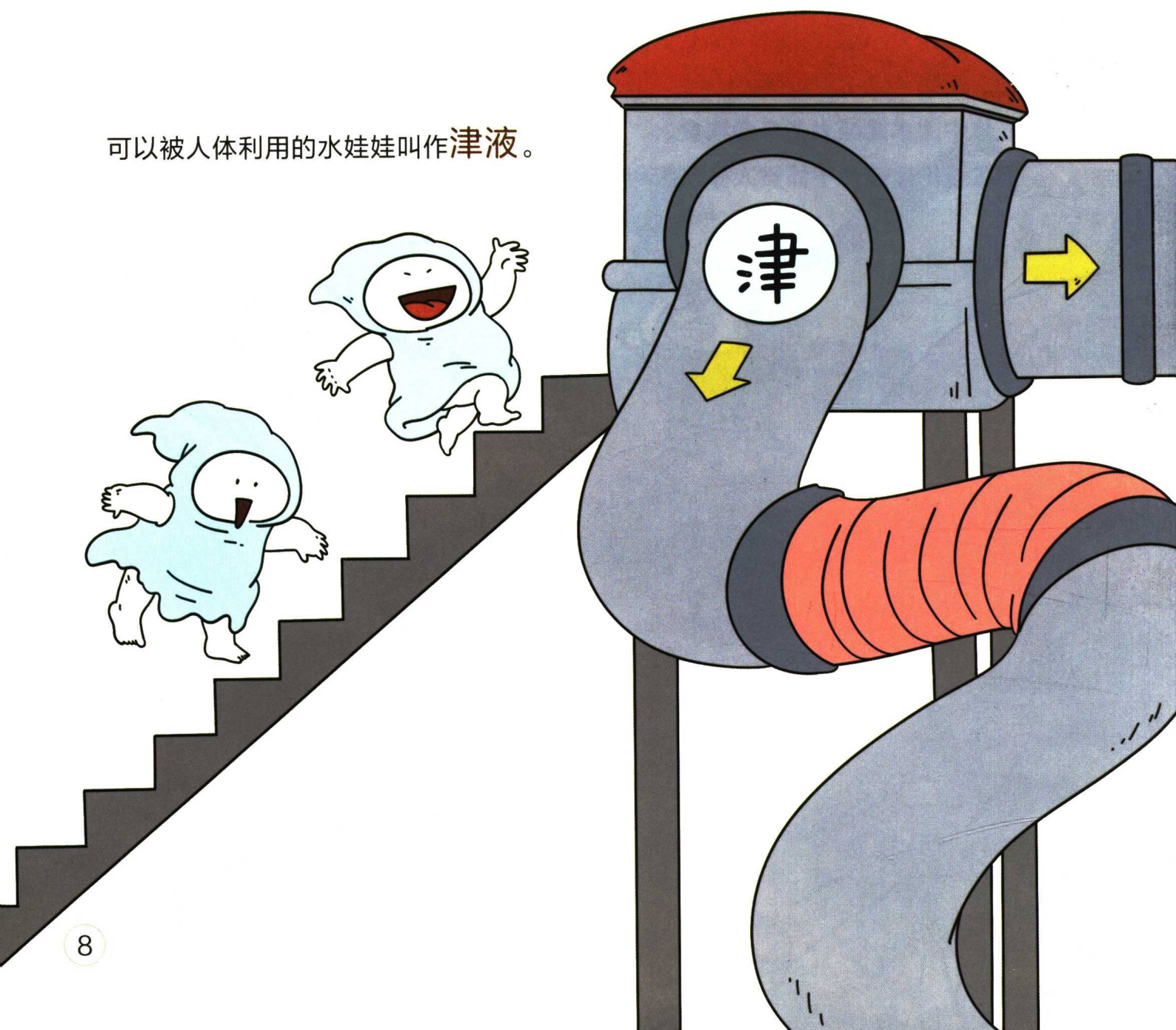
水是血的近亲，
水滴的样子和血滴一样小巧玲珑、圆润可爱，
我们称呼它们为水娃娃。

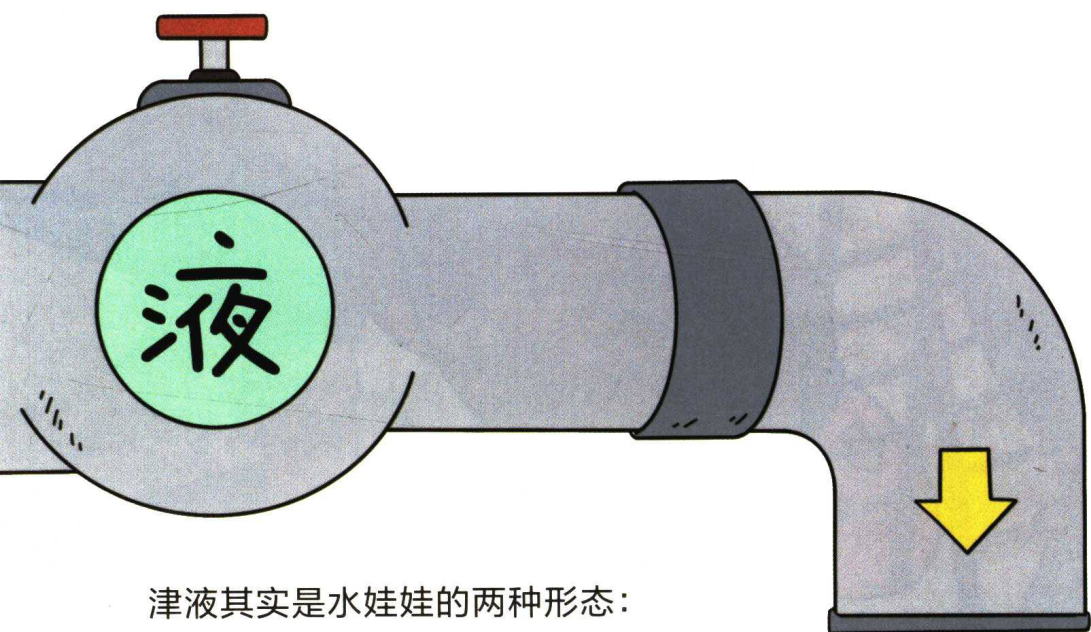


人体中的水娃娃大多来自饮食，
但这些水娃娃并不能被人体直接利用。



可以被人体利用的水娃娃叫作**津液**。





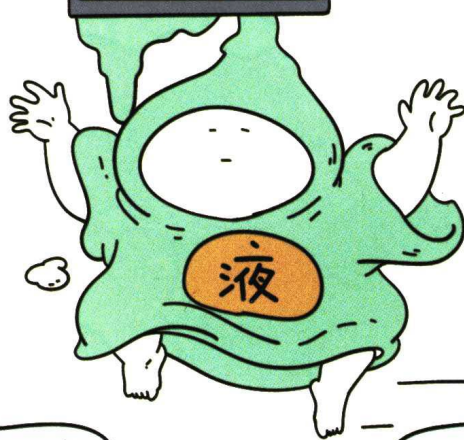
津液其实是水娃娃的两种形态：

津的质地更加清澈，

它在人体中主要发挥着**润滑**的作用；

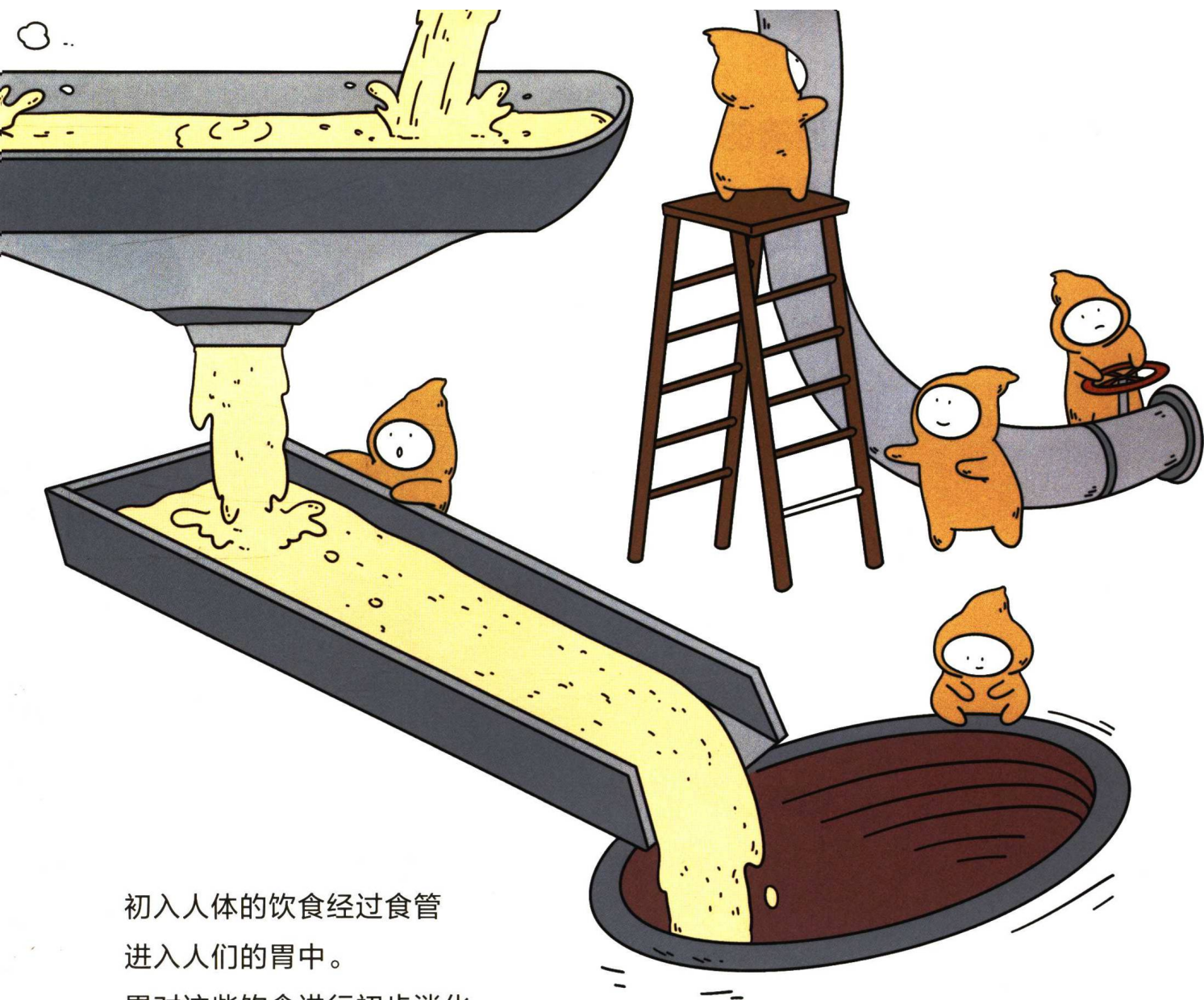
液的质地更加浓稠，

它在人体中主要发挥着**营养**的作用。



饮食中的水娃娃要想变成津液，
就需要胃、肠和脾的帮忙。



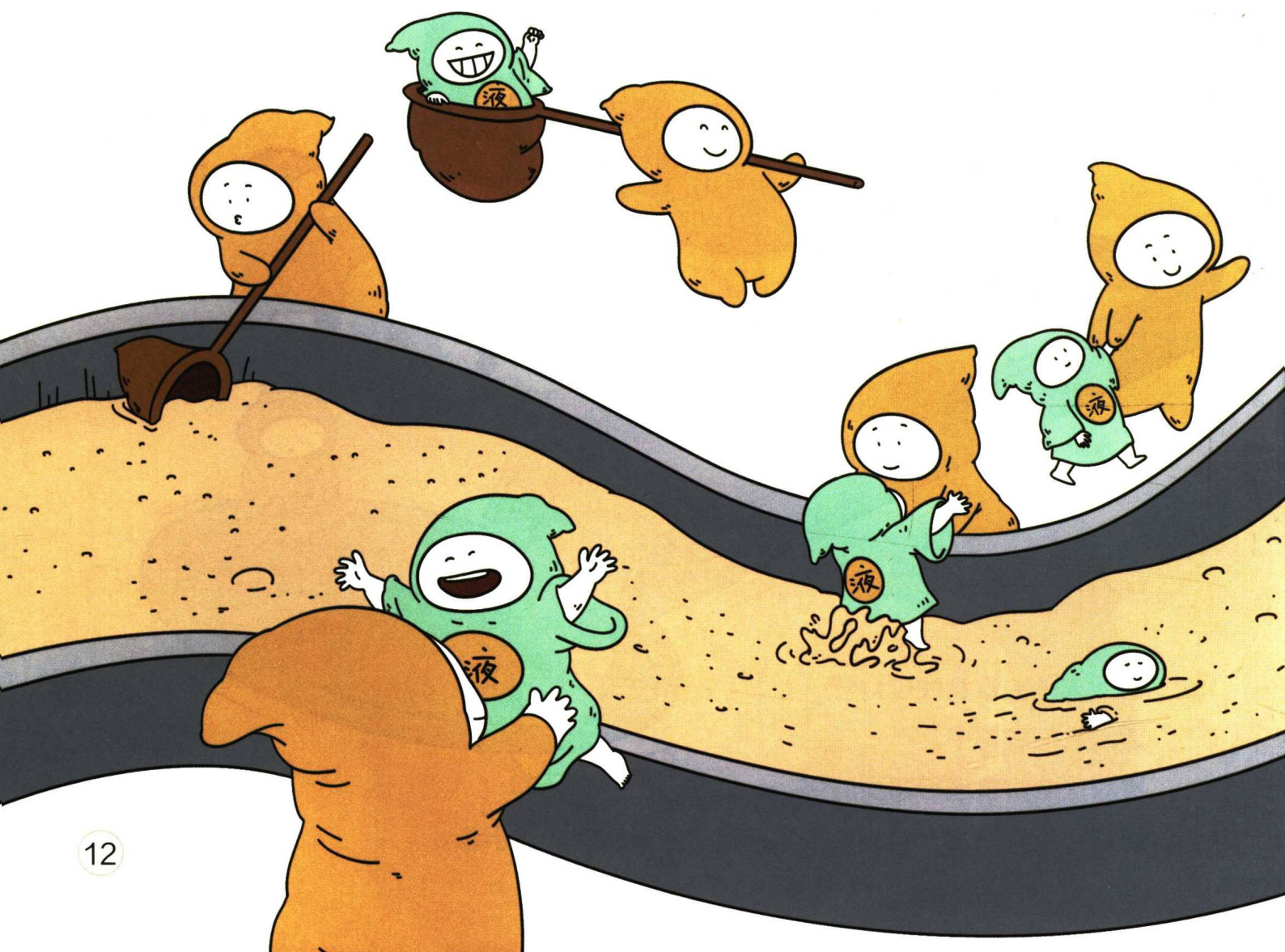


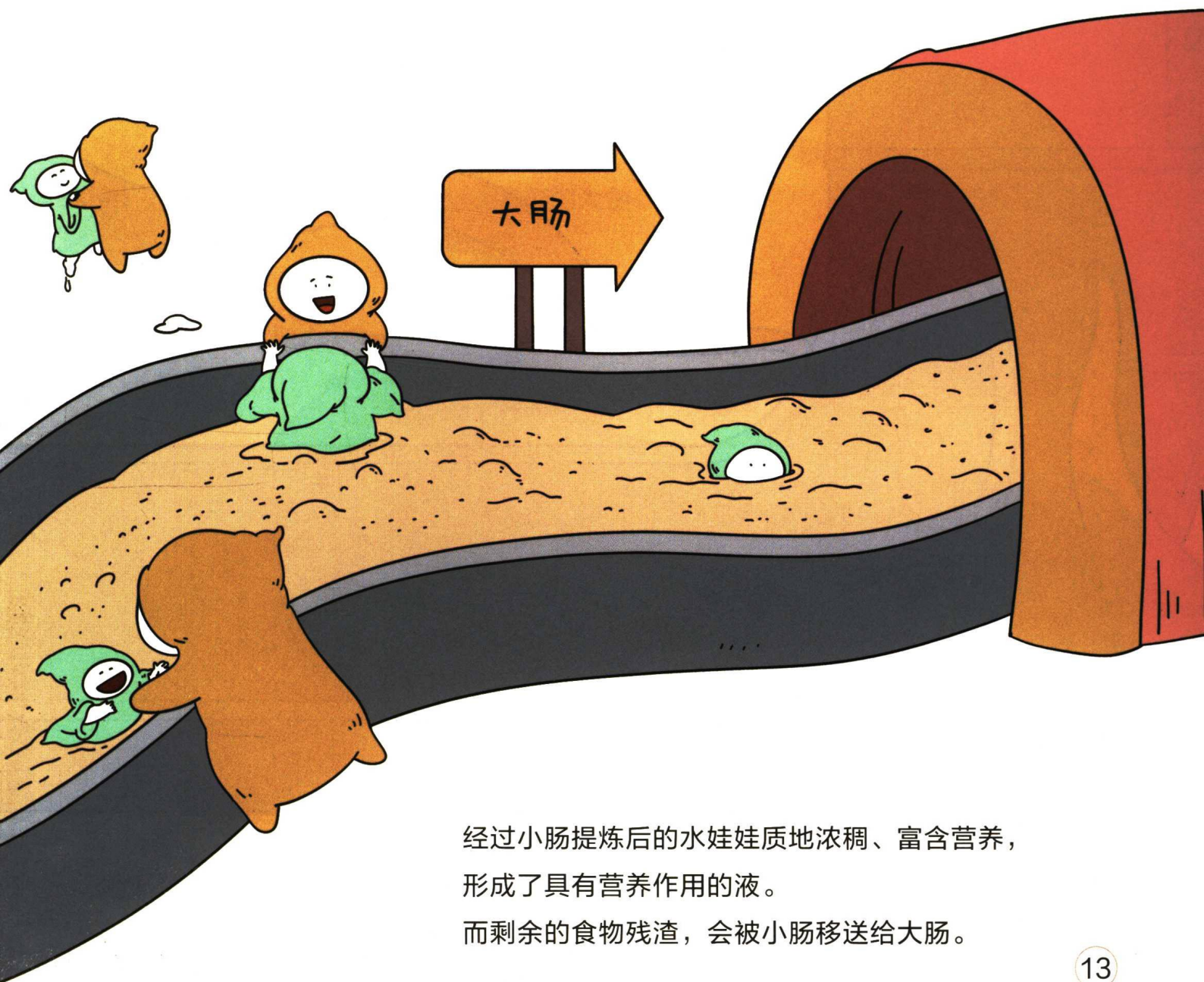
初入人体的饮食经过食管
进入人们的胃中。

胃对这些饮食进行初步消化，
使它们变成像粥一样的食糜，并将这些食糜移送给小肠。

小肠是水娃娃转化为液的主要场所。

小肠接收到从胃而来的食糜后，会对这些食糜中的食物和水分进行提炼、吸收。





经过小肠提炼后的水娃娃质地浓稠、富含营养，
形成了具有营养作用的液。
而剩余的食物残渣，会被小肠移送给大肠。

大肠厉行节约，会对从小肠而来的食物残渣进行再次提炼。

