

男人的身体实用手册



[男人的身体实用手册_下载链接1](#)

著者:[美] 玛格丽特·道勒

出版者:金城出版社

出版时间:2006-10

装帧:简装本

isbn:9787800848513

本书对男人、男人的身体和健康做了细致入微的剖析。资料翔实，配以数百幅解释性图

表，带着我们走进了男人生命的全过程。从新生命形成的那一刻起，一直到退休以后的岁月，随时了解男人身心健康的各个方面。

读过本书后，现代男性不仅对自己的身体有了更清晰的了解，而且还能学会如何预防容易出错的许多事情。你将发现，书中有许多重要的决定，可为善于学习的男人提供更长寿、更健康、更充实的生活。

畅销全世界的男人保健圣经。本书从首版以来，全球销售量逾百万册，被译成12种文字，成为美国、英国、法国、意大利、西班牙、葡萄牙等国的畅销书，成为父母送给子女、妻子送丈夫、公司送给员工的首选书。

身为男人，你了解自己生命的形成吗？你想改善自己的生活吗？你知道延缓衰老的方法吗？西方男性健康观念的革命，使男性更年轻更健康。本书对男人、男人的身体和健康做了细致入微的剖析。资料翔实，配以数百幅解释性图表，带着我们走进了男人生命的全过程。

作者介绍:

目录: 第1章 生长与发育

- 性别定义
- 受精瞬间
- 性别差异
- 生长中的胎儿
- 出生体重
- 出生后的发育
- 生长、身高和体重
- 胚胎和成年
- 身体各部分生长情况
- 发育里程碑
- 力量
- 青春期
- 成人身高范围
- 身体构成
- 体格
- 种族差异
- 男性和女性

第2章 生命与死亡

- 人均寿命
- 过去人均寿命
- 男性与女性
- 我能活多久？
- 存活规律
- 全球死亡原因：前十位
- 艾滋病和HIV
- 肺结核
- 传染性疾病
- 呼吸系统疾病
- 心血管疾病
- 癌症
- 富人的死因与穷人的死因
- 心脏
- 重要数据

心肺系统
心脏作用过程
血管
血液循环过程
血压
心脏疾病
阻塞与组织死亡
高血压
胆固醇
动脉变性
心脏手术
脑疾病
先天性心脏缺陷
发病的可能性
癌症
癌症的发展
癌症部位
常见癌症
癌症病因
变化中的死亡率
癌症症状
治疗
肺与呼吸
呼吸系统
气胸
疾病声音
支气管炎
肺气肿
哮喘
肺炎
胸膜炎与脓胸
结核病
事故
事故死亡率
年龄与性别
机动车事故
家中事故
自杀
自杀原因
自杀企图
自杀方式
第3章 疾病
第4章 身体护理
第5章 头脑与身体
第6章 健康状况
第7章 食物
第8章 药物
第9章 男性性器官
第10章 性
第11章 衰老
• • • • • ([收起](#))

[男人的身体实用手册_下载链接1](#)

标签

健康

常识

男性

生活

医学生理

生理健康

工具书

评论

就看到两个玩意，维生素表，矿物质表

工具书

娘们儿教爷们儿怎样用身体

比《人体使用手册》靠谱多了，以大量数据为依据，较为系统地介绍了人体健康相关的一些知识。

[男人的身体实用手册_下载链接1](#)

书评

[男人的身体实用手册_下载链接1](#)