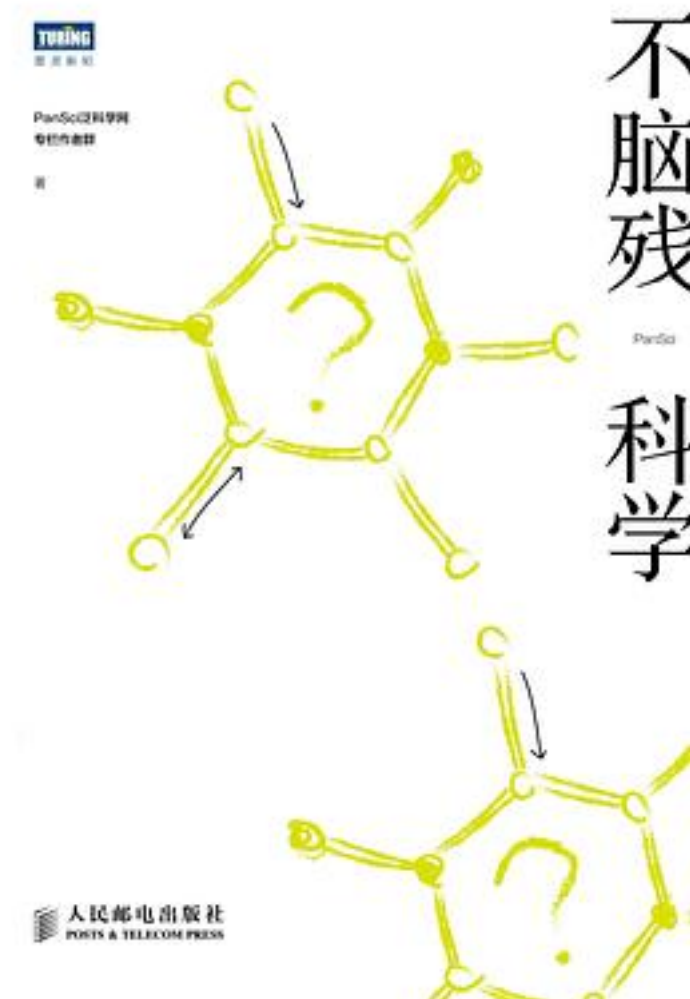


# 不脑残科学



[不脑残科学\\_下载链接1](#)

著者:PanSci泛科学网专栏作者群

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2014-5

装帧:平装

isbn:9787115352750

脑残粉？跟风党？省察的内心不会迷茫

正能量？负能量？有序的能量才会有效

科学，为生活带来秩序

台湾第一科普网站PanSci泛科学网首部力作

用理性与科学带你重新发现生活的乐趣

褚波 《环球科学》执行主编

姬十三 果壳网CEO、科学松鼠会创始人

吴俊辉 台湾大学物理系暨天文物理所教授

郑国威 PanSci泛科学新闻网总编辑

颜圣纮 中山大学生物科学系副教授

联袂推荐

为什么人有两个鼻孔？

为什么我们都爱看八卦新闻？

失恋的痛到底有多痛？

酒喝太多，都是杯子的错？

母子连心是真的吗？

为什么会有夫妻脸？

科学，从不是遥不可及的事情，生活的方方面面，都是科学因果律作用之下的结果！

本书从科学的角度，对身体、两性、亲子、心理、饮食、大脑等不同层面的问题进行深入探讨，有理、有趣，有用、有效。科学思维还将有助于提升思考力和判断力，引领你发现一个全新的世界！

在这本书上，我看到了一种趋势：在中国，有更多懂科学的人愿意站出来传播科学，也更擅长传播科学。通过有趣的话题和生动的语言，你在这本书中不仅能发现知识，还能找到方法：如何去做一个懂科学的人。

——褚波 《环球科学》执行主编

在台湾，“泛科学”是一种开放科学的力量：一群青年人，将各行各业的知识以通俗的语言传递给大众，轻松耐读，很得读者心，于是团队越滚越大。用简体中文出版他们的文章，是这种力量跨岸的传递。

——姬十三 果壳网CEO、科学松鼠会创始人

我们不需要名牌，更不需要名嘴，我们需要的只是一颗健康的科学心，有了它便能找到生活中大小问题的解答。我想“泛科学”和这本书做了很好的示范，让我们一起为他们

喝彩。

——吴俊辉 台湾大学物理系暨天文物理所教授

有一个社群，认同科学的精神，追求事实的真相，乐于讨论科学跟时事，不畏惧碰触敏感议题。科学，其实是指找出答案的方式，跟探索未知的精神，而不是单指答案本身。

——郑国威 PanSci泛科学新闻网总编辑

作者介绍:

PanSci泛科学网

PanSci泛科学网由台湾数位文化协会（ADCT）成立，邀请台湾科学研究者、教育者、爱好者、以及所有受科学影响的人们，共同畅谈科学，将高深庞杂的科学发展重新放置回台湾公共论坛中，并且用理性思考社会议题中的科学层面。

关于作者

Christine

本名蔡佳桦，辅仁大学营养科学系学士毕业。具有高级营养师、糖尿病教师资格，曾任小学驻校团膳营养师。目前任职于药品及保健食品进口公司，担任产品经理，“营养共笔”成员。

dr.i

本名刘辰岫，自幼脑中就装满了问不完的问题，长大后开始喜欢回答问题。高中在英国读书，毕业于英国伦敦帝国大学物理系，随后在德国德勒斯登工业大学取得物理学博士学位。在欧洲旅居12年后于2009年回到台湾，现在投身科技艺术创作及科学知识的传播。他深信科学是种文化，除了实用也可以拿来欣赏。

现任：台湾师范大学物理系兼任助理教授、人屿科技艺术实验室Legacy LabInternational负责人。

曾任：台湾经济主管部门标准技术委员、工业技术研究院研究员、德国马克斯·普朗克研究院（Max-Planck Institute）博士后研究员、法国国家科学院（CNRS）客座研究员。

Sammi

本名汪育珊，中国医药大学毕业，高级营养师，现为学校营养师，“营养共笔”成员。

Sidney

本名江奕贤，中国医药大学毕业，高级营养师，现为保健食品原料产品经理，“营养共笔”创立者。

白映俞

1981年生，2006年毕业于成功大学，2010年成为外科专科医师。喜爱阅读、写作及运动，长期经营“外科失乐园”网站，撰写医疗、历史、心理相关的科普文章，文章发表于“泛科学”及《商业周刊》。与家中的四岁女儿以同学相称。

著作：《医疗崩坏！没有医师救命的时代》，猫头鹰出版（合著），2012年。《护理崩坏！医疗难民潮来袭》，猫头鹰出版（合著），2013年。《小女子的专长是开膛——我的外科女医之路》，猫头鹰出版，2013年。

Facebook粉丝专页：<https://www.facebook.com/BookyGirl>

电子信箱：[bookygirl1981@gmail.com](mailto:bookygirl1981@gmail.com)

陆子钧

“泛科学”编辑兼专栏作者。生物学领域毕业，是个兴趣广泛的科技宅，喜欢在早上喝咖啡配科学新闻，克制不了跟别人分享生物故事的冲动。

蔡宇哲

高雄医学大学心理学系助理教授，“泛科学”科普网站“我睡故我在”专栏作者。喜爱心理学，也喜欢分享心理学。希望可以把象牙塔里的东西搬出来晒一晒让大家瞧瞧。

邹育志

笔名小志志，1978年生，外科医师，也是网络宅男。于《皇冠杂志》与《苹果日报》撰写专栏，文章发表在“泛科学”及《商业周刊》。

著作：《外科失乐园》，平装本出版，2007年。《刀下人间》时报文化出版，2012年。《医疗崩坏！没有医师救命的时代》猫头鹰出版（合著），2012年。《医疗崩坏！乌托邦的实现与幻灭》华成出版，2012年。《公主病，没药医！》华成出版，2013年。《护理崩坏！医疗难民潮来袭》猫头鹰出版（合著），2013年。《台湾的病人最幸福》台湾商务出版，2013年。《刀下人间》，盛大文学出版（简体版），2013年。

网站：外科失乐园<http://www.ChihChih.net>

Facebook粉丝专页：<http://www.facebook.com/chihchihworld>

电子信箱：[ChihChihWorld@gmail.com](mailto:ChihChihWorld@gmail.com)

谢承志

台湾“中央大学”认知神经科学硕士。理科人，文科心，浸泡在阅读、书写、旅游、戏剧……各领域，全身充满分享的热情。

目录: 目录CONTENTS

吃巧克力可以赢得诺贝尔奖？——饮食篇

01 菜单上标示卡路里，有利减肥吗？

02 饿的时候别去采购食物？

03 含糖饮料让人忧郁？

04 吃巧克力可以获得诺贝尔奖？

05 黑巧克力比白巧克力健康？

06 补充葡萄糖胺对骨质疏松有效吗？

07 肥胖的儿童容易受食品标签诱惑？

08 习惯会让人不知不觉多吃难吃的食物？

09 高热量食物，越饿时看起来越好吃？

10 巨无霸汉堡会引发过敏？

失态的疼痛有多痛？——两性篇

11 好爸爸的睾酮素浓度比较低？  
12 为什么会有晨勃？  
13 为什么会有夫妻脸？  
14 有胸毛的男人更具异性吸引力？  
15 男性嗓音低沉让女性印象深刻？  
16 失恋的疼痛有多痛？  
17 爱情是一种灵药？  
18 性欲可以缓解恶心的感觉？  
19 色情图片让男人容易冲动？  
20 你眼中的美女只是个花瓶？  
母子连心是真的吗？——亲子篇  
21 父母压力大，孩子容易肥胖？  
22 家中养宠物，宝宝更健康？  
23 孩子多往户外跑，能减少近视风险？  
24 怀孕时，一人吃两人补？  
25 母子连心是真的吗？  
为什么手指遇水会皱起来？——身体篇  
26 如何击退腹部脂肪？  
27 在大自然行走，让你灵光乍现？  
28 为什么常常感到疲倦？  
29 血型会影响心脏病的罹患风险？  
30 不运动与抽烟一样致命？  
31 乳房摄影可以检测出乳腺癌？  
32 看头发就知道轮班工作压力大？  
33 按摩有助于舒缓酸痛？  
34 染发会不会致癌？  
35 除了血型，人类有“菌型”？  
36 “无线人工视网膜”拯救你的恶视力？  
37 运动让注意力更集中？  
38 为什么手指遇水会皱起来？  
39 手淫有害健康吗？  
40 专注于音乐中可缓解疼痛？  
人为什么爱看八卦新闻？——大脑篇  
41 脑科学家告诉你，为何你的数学学不好？  
42 工作努不努力，和大脑结构有关？  
43 学习外语，可以提升脑力？  
44 如何评估一个人的可信度？  
45 创业家、冒险者的脑部活动与众不同？  
46 人为什么常常会忘东忘西？  
47 大脑有预测香味的能力？  
48 长期背痛和脑有关？  
49 人为什么爱看八卦新闻？  
50 经常运动会让你反应变快？  
酒喝太多，都是杯子的错？——新奇篇  
51 用曾雅妮的球杆，你也能成为运动高手？  
52 灵异照片中的脸是真的吗？  
53 “爱爱”可以舒缓头痛？  
54 酒喝太多，都是杯子的错？  
55 什么样的台词令人印象深刻？  
56 付出时间，给你更多时间？  
57 水钻不是钻石也不是水晶？  
58 20秒看出对方有没有好人基因？  
59 如何看出魔术师的破绽？  
60 人们习于“以毛取猫”？

- 61 为什么人有两个鼻孔?
- 62 动物懂得欣赏音乐吗?
- 63 看重播节目可以帮助恢复精力?
- 64 小狗会受到主人打哈欠传染?
- 为什么我们排斥和陌生人同坐? ——心理篇
- 65 表情可以判读一个人的内心状态吗?
- 66 走神之后会有好点子?
- 67 冥想有助于工作?
- 68 网络上的话不可信?
- 69 面试前, 先想好摆什么POSE?
- 70 握手可以增加信任感?
- 71 皮质醇能阻断恐惧?
- 72 经济萧条时, 存得多还是花得多?
- 73 “可爱”带给你专心的力量?
- 74 未来很近, 过去很远?
- 75 分享的快乐, 儿时就知道?
- 76 食物记忆有助于减肥?
- 77 为什么我们排斥与陌生人同坐?
- 78 人从婴儿时期就有种族偏见?
- 79 好音乐可以拉近彼此的距离?
- 80 人为何会以貌取人?
- 81 要专心还是多做白日梦?
- 82 好奇心提升学业成绩?
- 83 回忆往事会温暖人心?
- 84 道歉并不如心理预期的有效?
- 想要赢球就要睡饱? ——睡眠篇
- 85 在睡梦中能保有自我意识?
- 86 充足睡眠可以降低肥胖的基因影响力?
- 87 孤独感与睡眠品质不佳有关?
- 88 睡眠有助于整合脑中的信息?
- 89 睡眠不足使你魅力大减?
- 90 饮酒有助于睡眠吗?
- 91 开灯睡觉, 越睡越忧郁?
- 92 睡眠充足, 可减缓疼痛?
- 93 午睡有助于幼儿情绪稳定?
- 94 睡眠不足使得食欲增加?
- 95 想要赢球就要睡饱?
- 96 一边睡觉一边复习有用吗?
- 97 睡眠时间过短与认知功能受损有关?
- 98 社会性时差让你变胖?
- 99 无肉令人瘦, 但少睡令人胖?
- • • • • ([收起](#))

[不脑残科学 下载链接1](#)

标签

科普

科学

泛科学网

台湾

生活

好书，值得一读

人民邮电出版社

.必看

## 评论

有点随意

-----  
之前就有些好奇，Pansci的科普文合集会是怎样？99个问题分为8类，内容初看略失望，会觉得每篇似乎都戛然而止。看完回头想想科学不就是如此吗，它一直都在进步，一直都在探索 and 发现，它提供了另一种思考世界的方式和可能性，却未必有肯定的结论。

-----  
怎么比网站差那么多，每篇一两页的来源也不足以说明态度。

-----  
每篇都谈的太少了。

-----  
吃得饱，睡得好，常运动，才能活得好。

-----  
地铁读物

-----  
很很一般的一本书，似乎为了解释或者反驳一些常识而介绍一些研究成果，但很多研究本身有很大的局限性。虽名为科普，却不是真正科学

-----  
简短的不能再简短，能不能不要那么简短

-----  
简短的科普短文集，没有研究太多深奥的话题，都是围绕一些日常小知识，小问题的讲解。风格和国内果壳或者松鼠的文章感觉略有些不同，更加浅显些把。小朋友看应该挺合适，翻翻看看可以很快看完。

-----  
比较差

-----  
很多结论都略显独断，只是单篇或几篇文献的总结。先不论严密性，有些实验结果的解读就颇可商榷。

-----  
輕鬆的 2016.06.06

-----  
这种书做到有趣，能激起人兴趣就足够了。你要想更深入了解书中提到的东西，那就自己多查查相关资料文献啥的嘛  
看了这本书，萌生了一个想要了解更多关于某事某物或某现象的想法，那这本书的任务就算完成了。接下来你要做的就是合上书自己找答案去，别期待着人把所有东西都掰烂嚼碎摆你嘴边儿。

-----  
没有觉得特别的科普，，，

-----  
脑残人写出来的脑残书籍 可读性 可用性<10%

-----  
只看了结论

-----  
的确不脑残，但是略无聊。算是闲书吧

-----  
速看了一遍，大部分常识都是大家熟知的，所以每篇直接看最后一段的实验结果就可以了。

-----  
就很普通的科普吧，拮据寥寥几篇文献就得出的结论我不太信服。

-----  
台湾版的松鼠会，比松鼠会的文章有趣，通俗，易懂。只不过多数是从脑部科学来解释的，有的验证不够严谨。

-----  
[不脑残科学\\_下载链接1](#)

## 书评

路过书店，想着看看有什么有趣的新书，看到这本书的目录好像不错，回家的路上掀开看了一下，发现这本书里面说的东西基本上可以算的上是一种冷知识，如果有兴趣把自己发展成博学男的话，这本书很不错，但是只是看看的话，里面的知识拿去和女孩聊聊天还是不错的，起码有点吸引力。

-----  
[不脑残科学\\_下载链接1](#)