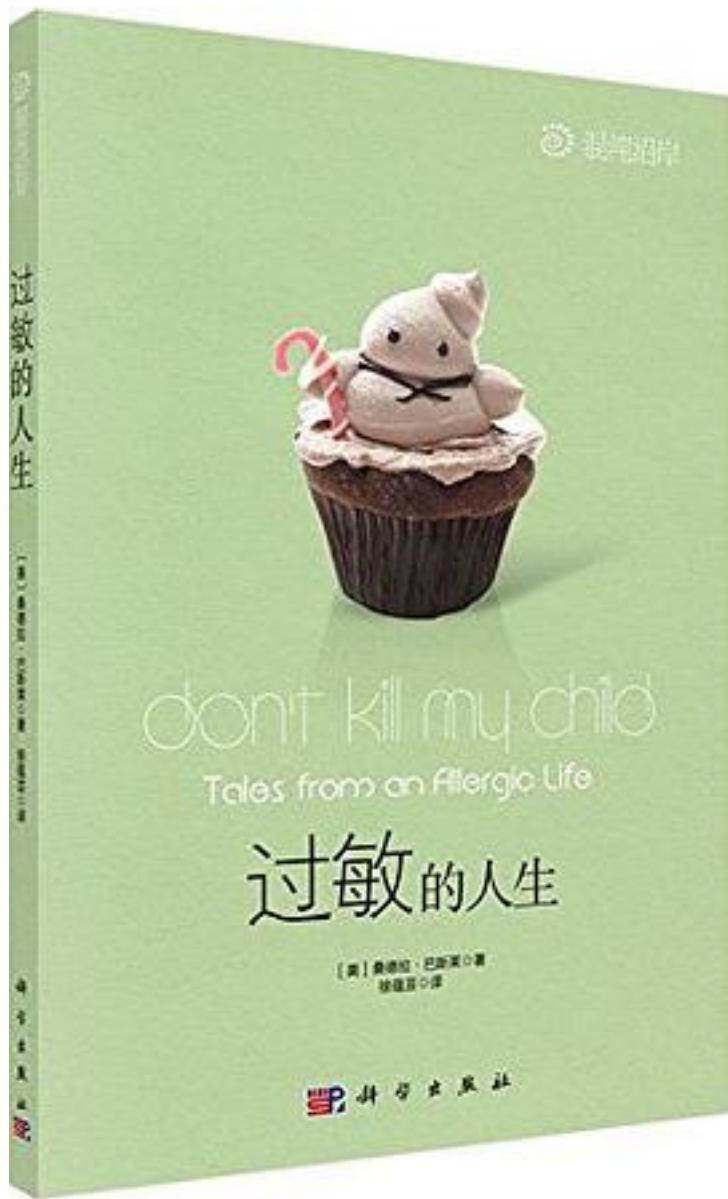


# 过敏的人生



[过敏的人生 下载链接1](#)

著者:[美] 桑德拉·巴斯莱

出版者:科学出版社

出版时间:2016-1-1

装帧:平装

isbn:9787030460448

和其他一千两百万美国人一样，Sandra Beasley对许多食物过敏。她的过敏源包括：奶制品、鸡蛋、大豆、牛肉、虾、花生、黄瓜、甜瓜、白兰瓜、芒果、坚果、腰果、旗鱼、芥末；还要再加上泥土、灰尘、草、花粉、烟、狗毛、兔子毛儿、马、羊毛等等。毫无疑问，她不得不过着"过敏女孩儿"的生活。当黄油令人致命，鸡蛋让嗓子肿胀，那么蛋糕和其他哄小孩儿的东西对于Sandra来说就是个问题--她妈妈不得不不断警告来家里的客人们千万别给Sandra小蛋糕，因为这样无异于"杀了小寿星"。

作者介绍:

目录: 致谢

前言

第一章我是简的过敏性休克

第二章童年生存

第三章吃吃喝喝都小心

第四章花生大恐慌

第五章大豆和健康

第六章奶酪贴金

第七章死亡之吻

第八章在路上

第九章医生的真实想法

第十章本性

· · · · · (收起)

[过敏的人生](#) [下载链接1](#)

标签

科普

过敏

饮食

美国

2016

美食

小说

奇怪的东西

## 评论

在这本书之前我认为过敏=不能吃，现在知道不仅自己不能吃，甚至周围人接触过敏源也可能导致过敏。。。

第一次看到就买下了，距离第一次阅读此书已经超过两年了。很佩服作者的勇气，对于我来说，那些因为过敏所经历的濒死体验，皆是不堪回首，完全无力回顾，更不要说有条理地记录分析，展现。非常感谢作者，用文字让过敏症的概念变得更容易理解，也让我补充了一些思考模式和过敏知识上的疏漏。

对过敏和过敏人群的开蒙书，多了解多包容，live and let live。

还行 作者饱受过敏之苦 却依然用乐观幽默的语气行文 没有太多医学理论 生活描述居多

写得比较主观，零零星星穿插点常识。过敏的人生太不易，世人还颇多误解。作者写到明星以对某物过敏拒绝饮食保持身材，而我儿一岁多就以“会痒痒”为由拒吃不喜欢的食物，也算是过敏人生的苦中作乐了

主要讲的是食物过敏，比较有意思的是美国有专门的花生侦查犬，用来帮助那些花生过敏的人。提到各种美国对过敏人群的照顾，比方公开食物的所有元素、在公共场所对常见的过敏原进行筛查和过滤、对急性过敏患者随地可见的措施 blahblah。

奶，蛋，花生，坚果(树上的)，鱼，贝，大豆，小麦，米和芝麻是过敏源。大部分都过敏的情况下，社会和家庭的取暖能力对维持孩子的生理和心理健康大有助益，最后桑德拉自身能够走出自我中心，生活也具有更丰富层次的感受。如同素食主义被翻译为有灵魂生物的节制，我们也需要为他人增加一些节制。

---

絮絮叨叨吧。粗粗翻了半本，还是挺啰嗦的。无论如何知道了过敏着的人生不易。

---

[过敏的人生](#) [下载链接1](#)

## 书评

以前我觉得所谓食物过敏就是不能摄入某种食物，直到这本书把一个多种常见食物严重过敏者的人生细细拆开给我看。现在我意识到过敏不是个人化的决定，而是一种公众和半公众的事件。

首先过敏和不耐受是两个概念，最直白的区别就是，花生过敏（如果治疗不及时）吃了会死（大部分...

---

[过敏的人生](#) [下载链接1](#)