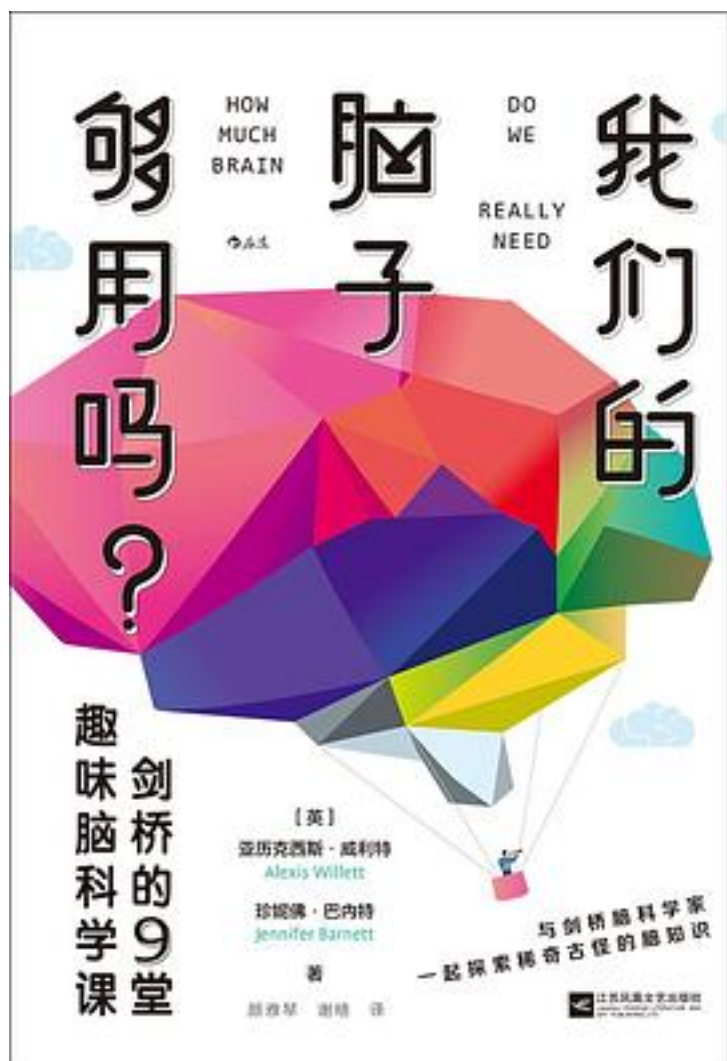


# 我们的脑子够用吗？



[我们的脑子够用吗？\\_下载链接1](#)

著者:[英] 亚历克西斯·威利特

出版者:后浪 | 江苏凤凰文艺出版社

出版时间:2020-5

装帧:平装

isbn:9787559445117

与剑桥脑科学家一起探索稀奇古怪的脑知识

## ◎ 编辑推荐

☆与剑桥学者共探光怪陆离的脑科学世界

内容通俗幽默，妙趣横生，让脑科学不再高深枯燥。

穿梭古今，眺望未来，知其然知其所以然。

☆出其不意的冷知识拯救你的好奇心

脑为什么像只黏糊糊的大胡桃，而不是榛子？

“聪明药”真的存在吗？

动物也会“一孕傻三年”吗？

祖祖辈辈生活在较冷地区的人头和脑都更大更圆吗？

女性既看不懂地图也不会停车吗？男性富含暴力因子又特别扛不住疑难杂症吗？

脸盲症、徘徊症、冬季忧郁、离断综合征、无脑症……这些“病”还有救吗？

## ◎ 内容简介

近一万年来，人脑的体积在不断缩小，可一些脑中缺少部件的人却活得好好的。

那么问题来了，我们的脑子到底够用吗？

本书将带领读者坐上脑的时光机，了解脑的前世今生、优越性能和在事故下的出色表现，展望脑的可观前景。它具体介绍了：古往今来脑都经历了些什么，它有哪些重要功能又将如何动态地变化，男性和女性的脑有何不同，我们会在何时迎来脑力巅峰，脑受损时人有多大潜力，以后的脑将何去何从……脑比我们想的更坚强，其处境也比我们预期的更险恶。结合本书提供的有趣假设、精彩个体经验和专业学术观点，读者将对脑产生全新的认识，生活得更聪明。

作者介绍：

亚历克西斯·威利特 (Alexis Willett)

剑桥大学生物医学博士，主要致力以一种简单的方式将前沿研究和行业术语展现给大众读者。

珍妮佛·巴内特 (Jennifer Barnett)

神经科学家、心理学家、剑桥大学认知神经科学名誉研究员，热衷于遗传和环境因素对脑健康和身体疾病影响方面的研究。曾在牛津大学、剑桥大学及哈佛大学求学。

目录: 前言 处理问题

第1部分 重中之重——我们拥有多少脑子，这重要吗

1 首要问题：为什么人脑如此巨大

2 生而为人：为什么我们需要脑，脑中真正重要的是什么

第2部分 人各不相同——人脑中的正常变异有什么影响

- 3 人类：尺寸真的重要吗
- 4 人生巅峰：究竟是在什么时候
- 5 好日子和坏日子：脑功能是如何变化的
- 第3部分 超越极限——我们能失去多少脑子
- 6 如有所失：不再完整时，脑还能正常使用吗
- 7 遭遇攻击：某些部分持续恶化时，脑会做何反应
- 第4部分 将来完成时——我们能优化自己的脑吗
- 8 最优的脑：在我们的时代，人脑能发展到什么地步
- 9 近在眼前：我们能通过技术手段保护甚至增强脑力吗
- • • • • [\(收起\)](#)

[我们的脑子够用吗?\\_下载链接1](#)

## 标签

脑科学

科普

心理

2020

后浪

社科

心理学

\*\*\*后浪\*\*\*

## 评论

这辈子，最大的愿望就是——想做个脑子够用的人。

-----  
这本书对我来说最重要的结论是：大脑“用进废退”，长期阅读思考学习可以保护它不会更快萎缩衰老，对不少职业（比如科学家、艺术家、医生）来说，大脑用得越多，智识增长越显著，年龄增长反而是好事。另外，长期饮酒会持续损坏大脑，望周知。

-----  
脑为什么像只黏糊糊的大胡桃，而不是榛子？“聪明药”真的存在吗？动物也会“一孕傻三年”吗？本书将带领读者坐上脑的时光机，了解脑的前世今生、优越性能和在事故下的出色表现，展望脑的可观前景。让我们一起和剑桥学者共探光怪陆离的脑科学世界吧。

-----  
这本书赢得我好感的主要原因在它“对孕傻”的解释：疲惫和焦虑取代了对信息的敏感度，相对于孩子的健康，妈妈们的记忆力似乎不太重要了。剑桥的这个研究很科学。

-----  
够。（但我不是很相信

-----  
脑科学的故事，长知识了，本文的脉络也很有意思，并不晦涩。

-----  
奇奇怪怪的知识点又增长了很多。如何保护大脑：别喝酒。如何锻炼大脑：运动、音乐、学习新语言、保持大脑活跃。变老不可怕，说不定还会变聪明哦～

-----  
今年5月刚出版的书，汇总了关于大脑最新的研究和发现，在这样一个下雨天读完，擦出了很多雷电般的知识点，对孕傻的解释，儿时大脑某处受伤后的重新布线，宝宝在怀胎时对今后一生的预测调试，阿滋海默的最新进展，还有太多所不了解的，终生学习与我周旋久，宁做我

-----  
脑子不够用，不是因为没开发，而是人就是靠直觉的动物，用到直觉的时候，有时很准，有时神仙难救。小白鼠啥样，人就乘一个系数同样。

-----  
大脑一直是我们最想探索的，也是最神秘的地方。每一条沟壑里面都藏着许多还没弄明

白的地方。这本书带着我们去了大脑的前世今生，也给我们带来了很有趣的知识。5岁左右的孩子可能会最感兴趣，家长们可以看要讲完讲给他们听，既能展现家长的知识渊博，又能拉近亲子关系哈哈

-----  
我主要关心阿兹海默症的问题，里面提到，住在繁忙公路旁的人会增加得病几率。我爷爷奶奶或许就是这样的。印象很深的还有，孩子早说话，可能在后期会更早学会阅读，学习表现更好。扎心了。

-----  
科技的便利，不仅让我们的生活发生改变，也让我们的脑产生变化，以适应最新的生活环境。未来脑究竟会发展到哪个阶段，我们尚不能知晓，但脑是一个会根据所处环境来塑造自己的器官，所以脑的未来依然可期，我们仍然可以拭目以待。

-----  
巨啰嗦，给大家排下雷

-----  
我们的脑子够用吗？我不知道，但是我的脑子绝对不够用。。。

-----  
保持运动、睡眠充足、不断学习（新技能、有挑战的工作、阅读等），以及不喝酒

-----  
事实证明，要多运动，多读书，多思考

-----  
脑萎缩，阿茨海默症，神经元

-----  
唉，啰里啰嗦没有重点，让人不想继续。

-----  
了解“我们的脑子”，了解自己！保护大脑——多运动，多动脑，好睡眠

简单易懂，最好的保护脑的方式还是好好睡觉、注重营养、适当锻炼及终身学习。

[我们的脑子够用吗？\\_下载链接1](#)

## 书评

砰！宇宙出现了。然后猿人诞生了。猿人不断进化，脑不断长大，之后体型缩小了一点儿，就变成了我们。诚然，关于人类如何诞生这一问题，这不是最科学的简介，显然还有很多别的事情发生。但我们想知道的是：为什么我们的脑长大了这么多？现在的我们真的需要这么多脑子吗？以后呢...

大脑不仅是人体中最复杂的部分，也是宇宙中已知的最为复杂的组织结构。当代人的脑重虽然不到1.5公斤，但是考虑到一般人类的体型，人脑的大小比预测的数字大了7倍。人脑中有将近140亿个神经细胞，大脑的这些不同似乎是导致人类与其他动物差异的关键点，同时这一巨大的数量和复杂...

大脑，是宇宙当中最复杂的物质。它是全身的统率部，身体内部的一切变化，以及外部的各种变化对本体的刺激，全部都由脑部来统率。大脑的发展会不会随着时间和年龄的增长而停止？它的衰退期又会有着怎样的变化？  
《我们的脑子够用吗？》这本书里引用了大量的实验论证还有专家们的...



-----  
[我们的脑子够用吗?\\_下载链接1\\_](#)