

<<健康是什么？>>

图书基本信息

书名：<<健康是什么？>>

13位ISBN编号：9787515400839

10位ISBN编号：7515400838

出版时间：2012-1

出版时间：当代中国出版社

作者：米尔德丽德·布拉克斯特

页数：203

译者：王一方 徐凌云

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

健康是一头大象——超越躯体，超越生物学。如果将健康比喻成一头大象，我们都是寓言里那些蒙上眼睛摸象的旅人，那么，米尔德丽德·布拉克斯特（Mildred Blaxter）与她的这本《健康是什么》的内容也只是摸到了大象的“一条腿”，不过是我们平日里不曾摸过的那条腿，因此，我们在译完全书后忍不住要加上“超越躯体，超越生物学”的阅读引领，以帮助读者诸君更好地把握本书的特色。

因为，从躯体、生物学径向探讨健康的文献汗牛充栋，而且学术门槛越来越高，不曾在医学院里泡上十年八载，实在难入门扉，一大堆的术语、缩略语就可将一般读者推拒千里，相形之下，这本《健康是什么》的阅读面就宽广得多，不必旁边备上一册《医学辞典》，抑或《医学缩略语手册》之类。

当然，这本书也不是写给街巷、里弄中那些渴望习得某些保健绝招与验方的大伯、大妈们读的，而是一本基于“公众理解健康（疾苦）”、“公众理解医学（医生、医院）”诉求的通识读物，它讲述的道理有助于人们建立健康、疾病、医学、生命认知的大视野、大关怀、大彻悟。

对于冲刷重知识宣导、轻智慧启迪，重学术堆砌、轻思想烛照的时代学风也颇具激浊扬清之意。

原作者米尔德丽德·布拉克斯特是英国布里斯托大学社会医学系的资深教授，在国人心中，唯有牛津、剑桥才是英国大学的翘楚，其实，布里斯托大学也很牛气，不仅历史悠久（创建于1876年，1909年得到皇家授权），在《泰晤士报》的2011年度最新大学排名中仅次于显赫的牛津、剑桥与伦敦帝国理工大学、伦敦经济学院，位居第五，医学院是该校的骄傲，久负盛名。

不过《健康导论》的课程却是在东英吉利亚大学首开的，这缘于那里的医学院创院院长萨姆·林思特（Sam Leinster）的眼光，不过，真正构成国际影响的是位于剑桥的珀力特（polity）出版公司将其收入“学术母题（Key Concepts）系列”，2004年初版，2010年修订再版。

译者就是在一次书展上偶遇此书而萌生译介之意的，这本书能跟中国普通读者见面，一半是学理召唤，一半是机缘巧合。

这本书对于中国医学界、知识界的意义在于跳脱出“不求甚解”的魔咒，凡事须寻根究底，打破沙锅问到底。

在中国，健康还真是一只外表光嫩、内里长絮的“空心大萝卜”，在全民惜生保健的氛围里，人人都渴求健康（只求术，勿求道），但没有几个人能明白“健康究竟是什么”，即使是医学专家也只具备躯体、生物学向度、学术深井里的健康知识、技术，而不曾理解和领悟健康的慧根，甚至没有兴趣去叩问健康、疾病、疾苦、疾患的语词意义。

其实，在中文语义里，健与康应该分开来解读，它体现了中国文化的二元共契与两极互动，健一康活脱就是一幅自洽的太极图，在这里，健是张扬，是亢奋，是铁血跋扈，熟语有“健步如飞”、“天行健，君子自强而不息”，强调有为进取，殚精沥血；康则是“亢龙有悔”之后的觉悟。

因此，康是温宁，是收敛，是从容豁达，强调无为而治，举重若轻，熟语中的“康哉之歌”就是“太平之歌”，如同陶渊明笔下的言志诗，一端是“猛志固常在”，一端是“悠然见南山”。

毫无疑问，超越躯体，超越生物学（进入心灵、历史、哲学、社会学视域），是一种健康认知上的突围，叫精神暴动也未尝不可，应该说是世界卫生组织（WHO）打响了第一枪，早在1946年，世界卫生组织就重新定义了健康的内涵，从躯体无疾延展到心理平衡、社会适应方面，30年后，恩格尔根据这一卓识将生物医学模式也扩充到“生物—心理—社会”的大视野之中，但是，这样的“林子响箭”并未惊醒梦游的“憨熊”，他们依然执著地朝着单向度的生物学路径高歌猛进，如今已经攀上技术主义、消费主义的悬崖峭壁，那里有三个坠落口，分别是健康的人工化、生命的技术化、医学的生活化，人们正毫无选择地飞身下滑，眼前是什么，脚下是什么，未来又将是什么，大家都陷入茫然。

进步主义、技术乐观主义并未提出令人信服的证据，君不见（“亢龙无悔”的必然景象），政治家正在为日益入不敷出的健保费用而一筹莫展，环保主义者正在为青山绿水的失去而泣声悲切，卫生监管官员为不断涌现的添加剂、食品污染事件而身心憔悴，百姓正在为高吊起来的健康欲望未能满足而愤愤不平，为未能获取优质的健保资源而迁怒于医院和医生……难道健康是一个纵欲的黑洞？

国民健康的欲求究竟需要多少技术可以抵达，需要多少钱可以买到？

实在是一道无解的悬题。

作者告诉我们，健康是人类建构的概念与意识（动物界并没有），一开始就预设了理想的健康与健

## &lt;&lt;健康是什么？&gt;&gt;

康的理想，希望与奢望的悖论，帝王时期的祝词是“万寿无疆”，或许只包含长生、永生的诉求，并无健康的内涵，而今祝福语的内容已扩大为健康，长生，不许生病。

“健康”就像发酵的面团一样昨是今非了。

常言道“人食五谷杂粮，焉能无病”，言下之意，健康总是相对的，人总是会生病的，生命中人与疾病存在必然关联。

不过，并不是每一个人在同一时期都会生病，这就是怎么会生病的偶然性。

现实中有人禀赋好，一生极少生病，有人运气佳，常常能躲过病魔侵袭，也有人常年在医院泡着却无大病，有人从不上医院却猝然而死。

所以，不许生病是心愿、是祈求，是生命的张望和希望，不是真实的境遇。

这里也包含人们对于健康责任与生命的承诺、疾苦的理解、领悟，世上绝无理想的健康，真实的健康即是对现实的妥协。

终其一生完全不生病，并无疾而终，那是神仙；容忍自己少生病，生小病，也算福大命大，亦为仁者；容忍自己生可救、可逆的病，药（术）到病除，多是勇者；能直面疾病（带病延年）、超越痛苦，坚守尊严，则是智者。

“永远健康、不许生病！”

”还要看谁在说，对谁说。

若是上帝对信众说，那是好运（福音）降临；若是政府对国民说，则是一份卫生、保健福利的承诺，政策宣示，医改纲领，人们因此可乐观医改成功，再也没有看病难、看病贵的烦恼；若是企业高管对员工说，无疑是从天而降的企业福利的大礼包；若是家长对孩子说，这里包含着亲情和爱愿的呵护；若是医生对病人说，则表明医生有了一份自觉，保健服务重于医疗服务，但求世间人无病，哪怕架上药生尘；若是自己对自己说，则表明其人健康意识强烈，行为高度自律、生命管理充满智慧与艺术。不过，人人都说神仙好（不生病，不衰老，不死亡），唯有声色犬马忘不了，若是心中的欲火过盛，强人、超人意识亢奋，放任财富的优越，去结交世间豪杰，尝遍天下美食，阅尽人间春色，到头来确是一团迷雾，陷入健康、长寿的海市蜃楼：幻想自己不生病，少生病，生小病，生药到病除（术到病除）的病。

实际却是一病即恐，一病即溃。

更要紧的还是健康与否由不得你主观体验，要由客观指标来判定，尽职的体检大夫会嘱咐你闭上嘴，少说话，任凭声光电磁手段齐上阵，数百项指标“围剿”之下，结果是“屈打成病”，世上将不会有一个健康人，“我不相信你没病”只是谜面，谜底是“我不相信你不是我的病人”，技术崇拜、消费炫耀培育了人们对机器、对干预的过度敏感，过度依赖。

随后大戏一定是吊瓶满天飞，抗生素满天飞，支架满天飞，钉子满天飞，糟蹋钱委实是小事，身体的危害（潜在危害）才是大事。

真是越说越糊涂，健康传播陷入“现代魔咒”，原本以为百姓知识不足，陷入愚昧，殊不知，对于许多人来说，知识越多，误解越多（陷入过度想象与过度承诺而无法自拔），症结何在？

在观念迷失，错把奢望当希望，对健康过度想象，对医学过度期许，多了“健”的亢奋，少了“康”的温宁。

大家真应该找个僻静的时间和地方仔细读读这本小册子。

译者 2011年仲秋

## <<健康是什么？>>

### 内容概要

本书的视野是阔达的，涉及健康与社会政治、经济、环境等的关系，各个阶层健康的不平等境遇、健康在现代社会中的地位、健康如何成为一种被配给的社会资源，医疗技术进步情况下生与死的界线，健康的商业化，以及新技术对躯体的影响等崭新话题。

本书为第二版，作者在第一版的基础上新增了健康与身份、新遗传学、躯体的社会学、健康资本等内容。

对医学专业师生、卫生行业相关领域的从业者，以及研究社会学、卫生科学和健康促进的人士，是一本极具价值的读本；对普通读者来说，它厘清了人们对健康的认识误区，发人深省，是一本不可多得的健康教育读物。

## 作者简介

米尔德丽德·布拉克斯特 ( Mildred Blaxter, 1925-2010 )，英国布里斯托大学社会医学系荣誉教授。布拉克斯特四十多岁才开始学习和研究社会学，参与创办或编辑的期刊有：《社会科学与医学》，《健康与疾病的社会学》等。出版的著作有：《健康与生活方式》，《健康是什么》等。她在社会学领域诸多开创性的研究对医学社会学产生了深远的影响，成为享誉世界的医学社会学家。

王一方，医学人文学者，资深医学编辑，现为北京大学医学人文研究院教授，北京大学科学史与科学哲学中心研究员，北京大学医学部健康传播研究中心主任。有专著《医学人文十五讲》（2007）、《医学是什么》（2010）等出版。

徐凌云，早年就读于山东医科大学，后入瑞典卡罗琳斯卡医学院攻读博士学位，并在美国宾西法尼亚大学医学院博士后科研站从事研究工作。现为中国科学院上海生命科学院暨上海交通大学医学院健康科学研究所研究员、博士生导师。有译作《设计婴儿》（2004）等出版。

# <<健康是什么？>>

## 书籍目录

译序 健康是一头大象

致谢

引言

第一章 健康应该如何定义

1.健康就是没有疾病

2.疾病是一种偏差吗？

3.健康是一种平衡或者稳态吗？

4.健康作为一种功能态

5.健康作为某种状况或境遇

6.生物学模式下的健康

7.当代的生物学视域

8.健康的社会模式

9.语义辨析：健康、疾病、病患和疾苦

10.如何进行健康测评？

11.健康资本

12.本章小结

第二章 健康是如何建构的

1.健康的社会建构

2.疾病的历史建构

3.疾病的文化建构

4.建构主义与女权运动

5.疾病，身份标签与疾病羞耻感

6.建构主义与精神疾病

7.建构主义与残疾

8.对相对主义的批判

9.医疗化与医疗实践的建构

10.本章小结

第三章 健康：如何表达和体验

1.健康作为生命的呈现

2.健康的世俗定义

3.健康的社会性表征

4.健康的自我评价

5.健康和疾病的成因

6.健康经历与健康资本

7.疾病叙事

8.疾病叙事的局限性

9.对健康与病患意义的追寻

10.健康：作为道德的外化和映射

11.个体的健康责任

12.世俗观念与健康行为方式

第四章 健康的知行合一

第五章 健康的社会系统

<<健康是什么? >>

第六章 健康概念的当代变迁  
跋 说不尽的人类健康  
延伸阅读  
参考文献

## &lt;&lt;健康是什么？&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：7.健康就是没有疾病在20世纪中叶的一段时间里，疾病或者不健康被认为是个体处于生物学意义上的羸弱（弱勢）状态（disadvantage）。

健康人则是脱离生物学羸弱状态的人。

这个观点回避了对“正常”定义的问题，因为在这一观点下，那些尽管指标不正常却没有导致躯体不良后果的情况显得无关紧要了。

但是，它也带来了新的问题，需要为“羸弱”定义，而它通常特指生命缩短和生殖能力降低。

精神卫生领域的专家以彼之矛攻彼之盾，因为尽管在精神分裂症病例中迄今尚未发现器质性病变，但是用生物学弱势这一标准来衡量，它的确是一种疾病。

另一方面，许多类型的精神疾病并未缩短其平均寿命或者降低其生殖能力。

难道这样它们就不算是罹患疾病了吗？

总之，在健康评估上过于强调平均寿命的长短和生殖能力似乎有些“达尔文主义”（将疾病定义为弱物种延续的进化杠杆），显然是失之偏颇的。

当然，一种更为主观的观点是将健康的定义建立在人们对病患体验的身心感受上，而淡化那些可检测的、临床约定的非正常的的数据及范围标准。

这样一来，何为“正常”就更难定义了。

在群体研究中，受试者自身不曾感到不适——从未觉得疼痛，发现身体某处有点小毛病，轻微感染或者受伤——的情形非常少见，绝大多数人，在绝大多数时间里，都能在自己身上找到一些可以称之为“病患体验”的不适感。

但实际上只有很小一部分人需要去看医生并被诊断为疾病，大多数情况都是自限的。





## <<健康是什么? >>

### 编辑推荐

《健康是什么?》编辑推荐：没有人不热爱健康、却没有人真正懂得健康、因为健康从来就不只是躯体无恙，而是身心灵的和谐。

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>