

<<脏东西,好东西?>>

图书基本信息

书名：<<脏东西,好东西?>>

13位ISBN编号：9787535766755

10位ISBN编号：7535766757

出版时间：2011-6

出版时间：湖南科技出版社

作者：玛丽·鲁伊布什

页数：150

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>

## <<脏东西,好东西?>>

### 内容概要

身体比我们想象的更加奇妙和坚强，本书告诉年轻的父母们，免疫系统是如何工作的，本书也教我们要如何顺应自然的法则，练就孩子强大的免疫系统。

法则一：勇于让孩子接触“脏东西”——为年轻细胞建造新兵训练营。

法则二：用进废退——锻炼你的免疫系统。

法则三：不要让身体产生“耐药性细菌”——尽可能的避免使用抗生素。

法则四：不费力的免疫方法——及时接种疫苗。

法则五：先问问自己，大自然是怎么做的——生命中的一切都不能不劳而获。

看过这本书的父母们，想必不会再为孩子接触脏东西、咳嗽、吮手指而担心不已了。

<<脏东西,好东西?>>

作者简介

玛丽·鲁伊布什博士，为开普兰医学院的微生物学和免疫学老师，她关于细菌和病毒的研究论著曾在多家学术杂志上发表。

<<脏东西,好东西?>>

书籍目录

- 第一部分 我们的免疫系统是怎样工作的
- 认识你的免疫系统
- 你Vs细菌
- 我们的免疫系统怎样保护我们
- 第二部分 练就强大免疫系统的五条重要法则
- 法则一 勇于让孩子们接触“脏东西”——为年轻细胞建造新兵训练营
- 培训年轻的免疫细胞
- 如何做到不生病
- T细胞生命的一天
- T细胞的记忆力
- 首次和二次免疫应答
- 免疫始于婴儿期
- 母体抗体的奇迹
- 让宝宝更健康
- 母乳喂养和过敏症
- 法则二 用进废退——锻炼你的免疫系统
- 卫生假说
- 认识脏东西
- 脏东西防过敏症
- 后备喷火兵
- 过敏症
- 如何避免产生过敏反应
- 自身免疫性疾病
- 人类免疫缺陷病毒(HIV)——T细胞和艾滋病(AIDS)
- 人体免疫缺陷病毒(HIV)感染下的免疫应答
- 法则三 不要让身体产生“耐药性细菌”——尽可能地避免使用抗生素
- 处理感染
- 抗菌香皂的问题在哪里
- 你在什么时候才需要抗生素
- 抗生素耐药性的危害
- 洗手的重要性
- 手部消毒杀菌剂
- 细菌的繁殖：细菌是怎样具有耐药性的
- 解决耐药性问题
- 法则四 不费力的免疫方法——及时接种疫苗
- 疫苗里有什么
- 疫苗适合每个人
- 接种疫苗还是不接种疫苗，这根本不是个问题
- 法则五 先问问自己，大自然是怎么做的一生命中的一切都不能不劳而获
- 听从身体的指示
- 大自然会怎么做
- 压力和免疫力
- 名词解释
- 关于作者

<<脏东西,好东西?>>

<<脏东西,好东西?>>

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>