

<<不生病的三大免疫力>>

图书基本信息

书名：<<不生病的三大免疫力>>

13位ISBN编号：9787538156980

10位ISBN编号：7538156984

出版时间：2009-7

出版时间：安保彻、张军 辽宁科学技术出版社 (2009-07出版)

作者：安保彻

页数：179

译者：张军

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>

<<不生病的三大免疫力>>

前言

我从日本东北大学毕业之后，曾经担任2年的见习医生。

在这2年间，承担了对15名癌症患者的治疗。

但是，无论采用什么样的治疗方法，他们的病情都没有得到好转，疾病不仅没有被治愈，还由于使用剧烈的抗癌药物，使病人很快就故去了。

我是怀着治疗疾病、减少患者痛苦的愿望才成为一名医生的。

为此，我遭受了人生最大的挫折。

这种挫折使自己陷入深深的绝望，深感自己的无能和无力，并且对现代医学能否真正救治病人产生了疑问。

这种挫折使我对现代医学失去了信心，成为我走向研究免疫学之路的一个契机。

现在回想起来，这是一个极大的转变。

正是由于这种转变才使我发现，自律神经中的交感神经和副交感神经的均衡与否会左右白细胞中的淋巴细胞和粒细胞的平衡状态，从而导致疾病的发生。

此外，我还发现引发疾病的根本原因与人们的生活方式密切相关。

在现代医学技术高度发达的今天，关于如何去治疗疾病这一问题，我广泛地听取了专家的意见，努力提高自己的医疗水平。

<<不生病的三大免疫力>>

内容概要

低剂量辐射效应免疫力恢复法，用体温计就可进行的温热疗法，可以提高免疫力的睡眠法。
提高免疫力，抵抗甲型H1N1流感、禽流感等流行疾病！
免疫力是健康真正的守护神！
为您揭开不生病的真相！
了解体温，疾病不沾身，利用低剂量辐射刺激，效应，开始恢复活力。

<<不生病的三大免疫力>>

作者简介

作者：(日本)安保彻 译者：张军安保彻，毕业于日本东北大学医学部，现任新潟大学研究所免疫学、动物医学教授。

1980年留学于美国亚拉巴马州立大学期间，曾针对NK细胞抗原CD57制作出单株抗体；1989年发现胸腺外分化T细胞；1996年提出白细胞的自律神经支配机制；2000年发现可利用胸腺外分化T细胞来防御疟疾感染等，备受瞩目。

对于从轻微的过敏症、关节炎、痛风等各种慢性病，到难治的艾滋病、癌症等的医药治疗法贡献良多，是国际知名的免疫学专家。

著有《未来免疫学》、《图解易懂的免疫学》、《医疗形成的恶习》、《免疫革命》等。

<<不生病的三大免疫力>>

书籍目录

序言第一章 免疫力——抵御疾病的生命防线1 什么是免疫力？
2 自律神经与免疫力的关系3 不同年龄段的免疫力4 会导致疾病的生活方式5 自身免疫性疾病与免疫抑制性疾病6 通过饮食来提高免疫力7 深呼吸与按揉指甲疗法8 每天进行运动可增强免疫力 专栏利用音乐进行放松第二章 了解体温，疾病不沾身1 体温是我们能看到的免疫力状态2 病从寒中来3 过敏性疾病与免疫反应过激4 大多数症状是因为免疫力在“战斗”5 不可迷信药物6 用温热疗法治疗疾病7 癌细胞最喜欢的环境8 任何人都可以做到的增强免疫力方法——洗浴法 专栏 利用荧光进行放松第三章 利用低剂量辐射刺激效应，开始恢复活力1 微量放射线对人体的影响2 低剂量辐射刺激效应利用的是放射线的积极作用3 效果绝佳的镭温泉4 远红外线与负离子的倍增效果5 具有医学性质的镭治疗6 改善糖尿病，缓解压力7 利用低剂量辐射刺激作用，从体内开始恢复活力 专栏 在传统文化和节日中放松身心第四章 最好的养生是睡眠1 睡眠的作用2 利用太阳光重新设置生物钟3 失眠症与治疗方法4 危险的睡眠呼吸暂停综合征5 让人难以入睡的多动腿综合征6 睡眠不足会导致身体漏洞百出怎样获得高质量的睡眠专栏利用芳香给身体放松第五章 20种常见疾病的原因与治疗方法抑郁症老年性痴呆帕金森病心律不齐虫牙·牙周感染白内障青光眼更年期障碍糖尿病骨质疏松症过敏头痛痔疮瘰子·鸡眼脂肪肝高胆固醇不孕脚气后记

<<不生病的三大免疫力>>

章节摘录

插图：第一章 免疫力——抵御疾病的生命防线1 什么是免疫力？

人体具有预防疾病、与疾病斗争的免疫力。

所谓的免疫力是指使人健康生存下去的蕴涵在体内的力量。

从本质上讲，免疫是指机体的一种生理性保护功能，即人体自身的防御机制，是人体识别和消灭外来侵入的任何异物（病毒、细菌等），处理衰老、损伤、死亡、变性的自身细胞以及识别和处理体内突变细胞和病毒感染细胞的能力。

概括起来说，免疫系统的功能主要表现为3方面，即防御功能、稳定功能及免疫监视作用，这些功能一旦失调，即产生免疫病理反应。

免疫系统分为两大类：先天性免疫，是人一生下来就有的，可认为是一种自然治愈力。

获得性免疫，是人生下来以后在生活过程中自然获得的，或者用人工辅助的方法被动得到的。

先天性免疫可防止细菌的侵入，或始终监视体内所产生的诸如癌细胞等异常状态，抑制疾病的发生。

出现麻疹和流行性腮腺炎等病毒感染后，获得性免疫会与这些病毒战斗，并将第一次遇到的“敌人”牢牢地记住，迅速镇压同一种类的“敌人”，使人体不再第二次罹患相同的疾病。

针对“敌人”，首先产生作用的是先天性免疫，先天性免疫对付不了的由获得性免疫来处理。

正是有了这两个系统免疫的巧妙互动，才能够应对来自体内外的“敌人”，保护人体的健康。

<<不生病的三大免疫力>>

后记

虽然有人对使用与现代医疗相对的替代疗法持否定的意见，但我觉得自己是属于那种探求一些治疗方法来取代现代医疗的一类人。

有人批评替代疗法是没有科学依据的，但是，事实上再没有比需要耗费巨大的财力进行临床试验后才被认定的那些药品给身体所带来的危害更大的了。

我觉得自己所探求的方法是在容许的范围内的。

这些方法基本上是通过促进血液流动、补充营养成分、提高免疫力等方式来缓和交感神经的紧张状态，使副交感神经占优势，这也正是与通过冷却身体来抑制症状的化学药品的区别所在。

其中也有一些公司为给昂贵的健康食品做广告而编造虚假的所谓体验谈，编写所谓的“典籍”。

不过，令人遗憾的是这些广告却很少提及药品所带来的弊害和危险性。

例如，罹患癌症之后，由于使用抗癌药物而死亡的人有很多；再如得了异位性皮炎之后，使用类固醇而产生严重的副作用等。

令人感到遗憾的是这些并没有受到人们的关注。

这或许是由于觉得自己的病治不好而绝望所致吧。

<<不生病的三大免疫力>>

编辑推荐

《不生病的三大免疫力》为辽宁科学技术出版社出版发行。

人为什么会生病？

国际著名免疫学专家安保彻以独到见解，用通俗易懂的语言和轻松有趣的图表，说明人体的自律神经是如何支配免疫系统，尤其是白细胞的功能，更以划时代的免疫学角度提出了效果卓著的体温、低剂量辐射刺激效应、睡眠等三大免疫力治疗法，让您轻松治好疾病，并掌握从此不生病的智慧！

<<不生病的三大免疫力>>

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>