

<<我们为什么生病>>

图书基本信息

书名：<<我们为什么生病>>

13位ISBN编号：9787544329910

10位ISBN编号：7544329917

出版时间：2009-5

出版时间：海南出版社

作者：R.M.尼斯,G.C.威廉斯

页数：262

译者：易凡,禹宽平

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>

<<我们为什么生病>>

前言

1985年在一次会议上我们首次相遇时谈到一些大家都感兴趣的问题。

后来，参加这次会议的一些学者组建了人类行为和进化学会。

本书作者之一尼斯是密歇根大学医学院精神病科的医生，一直为精神病学缺乏理论基础而感到苦恼，他对进化论思想在动物行为学研究中取得的突出进展十分感兴趣，从而与密歇根大学的“进化和人类行为研究规划”取得联系。

与这个课题有关的许多学科的同事得知他长期关注衰老的进化原因，就向他推荐了生物学家G.c.威廉斯1957年的一篇文章。

这篇文章对衰老提出进化史观的解释，对他很有启发，使他想到焦虑或者精神分裂症可能也有类似的解释。

随后的几年中，他在与进化生物学家，尤其是与威廉斯以及医学院的住院医师和教授们的讨论中，发现对疾病用进化论的学说及观点去观察、理解是顺理成章的，而且有实际应用价值。

<<我们为什么生病>>

内容概要

为什么衰老？

衰老是青年时期活力的代价。

为什么累？

感受疲劳的能力是为了避免我们过度劳累。

为什么疼痛？

疼痛和畏惧，是向我们发出危险的预警信号，使我们得知面临危险，立即回避。

为什么贫血？

细菌感染后因铁被管制而含量偏低的贫血是人体为了抵御感染而启动的自卫机制。

为什么呕吐和腹泻？

食物中毒时的呕吐和腹泻现象，是人体为了把毒物尽快排出体外的防御机制。

妊娠早期的恶心、呕吐和厌食是为了限制孕妇的食物，使胎儿接触毒素的机会减至最小。

为什么咳嗽？

咳嗽，是为了从呼吸道排除异物而专门设计的一种复杂的防御机制。

就像轿车仪表盘上的信号灯，当存油将要告罄时会自动闪烁一样，咳嗽本身不是问题，而是对问题提出的一种警告。

剪断指示灯的电路，多半会在途中油尽抛锚，同理，过度地镇咳，有可能死于肺炎。

为什么焦虑？

焦虑是为了使我们避免将来的危险和其他打击。

在危险面前，焦虑影响我们的思维、行为和生理，使之处于比较有利的状态。

因为被杀死一次的损失远远大于对一百次误报警告作出反应的代价。

这是一本面向所有读者——不仅仅是医学院学生——的关于达尔文医学的完美介绍。

全书从达尔文进化论的角度来审视人体疾病，提供了有别于传统医学思维模式的一种新的视角。

作者在书中探讨了衰老、文明病、癌症、性及生殖、精神病等一系列专题，并从进化论的角度出发，作出了自己的推测并给以贴切的解释，令人耳目一新。

它不仅提供了理论，更提供了方法，告诫我们不要对“症”下药，而要对“病”下药，使人们面对疾病有更加科学的态度及解决思路。

<<我们为什么生病>>

作者简介

作者：(美国)R.M.尼斯 (美国)G.C.威廉斯 译者：易凡 禹宽平 R.M.尼斯，密锡根大学医学院精神病学教授，曾任该校教育及学术事务副主任。

他组建了人类行为和进化学会，并曾任主席，在进化心理学和达尔文医学研究领域享有盛名。

G.c.威廉斯，纽约州州立大学生态学和进化论荣休教授，美国科学院院士，曾任进化研究学会主席。

他以对群体选择论的有力批判而闻名，在性别进化研究领域也有杰出成就。

1999年他获得了有生物科学界“诺贝尔奖”之称的克拉福德奖。

<<我们为什么生病>>

书籍目录

前言第一章 疾病的奥秘使人生病的两大原因用进化论来解释疾病题外的话第二章 进化是如何产生的自然选择只有利于“基因”，而不是种群自然界的合作现象——亲属选择自然选择是怎样进行的真真假假的各类假说生物特性与适应能力第三章 传染病——我们与病原的斗智斗勇不要盲目退烧——发热也许对身体有益过量补铁也能导致感染加剧病原与我们的攻防战斗我们的各种防御手段病原突围的狡诈伎俩寄生物对我们的适应与影响引入进化生物学，治标更要治本第四章 不断升级的军备竞赛过去与现在，我们与病原的共同进化细菌的抗药性风暴警惕病菌在传播中毒力增强超级化学武器——免疫系统欺骗的升级新的环境导致新的疾病第五章 创伤的避免与修复我们如何避免伤害创伤是怎样修复的烧伤和冻伤阳光带来的辐射伤害躯体为什么不能再生第六章 新的、老的无所不在的毒素天然的和非天然的毒素对抗天然毒素——避免它或者排除它现代环境下的新生毒素引起癌变和缺陷的有害物质第七章 基因和疾病基因做什么引起疾病的罕见基因引起疾病的常见基因不守规则的越轨基因是遗传决定还是环境影响不要让基因吓坏你了第八章 衰老是年轻时精力旺盛的代价衰老之谜什么是衰老一匹马拉的四轮马车我们为什么会衰老延缓衰老的几种因素为什么女性寿命更长衰老不是病第九章 进化过程中的遗留问题功能不佳的身体设计走在快车道上的人类石器时代的死亡石器时代的生活第十章 文明病——现代社会的新产物文明时代的营养缺乏病文明时代的营养过剩病成瘾也是一种病现代化环境下的发育不正常其他由现代环境引起的疾病有得必有失第十一章 恼人的过敏反应IgE系统之谜过敏反应的抗毒假说最恼人的问题第十二章 癌症癌变的问题在哪里我们身体的解决办法癌的预防和治疗现代瘟疫——女性生殖器官癌第十三章 适应生存的关键——性与生殖为什么有性为什么要分两种性别男女之间的矛盾与合作通过配偶选择增强适应性情感欺骗影响生育的几要素嫉妒——男人比女人更强烈性功能障碍怀孕中的母子矛盾人类独特的生育方式新生儿的调理适应啼哭和腹痛婴儿猝死综合征哺乳和哺乳之后第十四章 精神病是不是疾病重新认识我们的情绪焦虑必要吗新危险带来的新问题没有沮丧和抑郁，生活会不会更好些不要忽视最初的接触人们为何会虐待孩子精神分裂症也有益处吗睡眠有多重要亦幻亦真的梦境用达尔文方法理解精神病学第十五章 医学的展望对疾病原因的回顾达尔文医学的新观念为什么要花这么长时间医学教育的窘境达尔文医学的临床作用达尔文医学对医疗系统的帮助用达尔文主义认知疾病译后记——达尔文医学：后现代医学的反思注释

<<我们为什么生病>>

章节摘录

第一章 疾病的奥秘在我们这个设计得十分精巧的身体上。

为什么还留下了这么多的弱点使得我们要遭受疾病的痛苦？

自然选择的进化过程既然能够塑造出像眼球、心脏、大脑这样精致灵巧的器官，又为什么没有安排好预防近视、心肌梗塞和老年痴呆这类疾病的措施？

既然我们的免疫系统能够识别和攻击好几百万种异种蛋白，为什么人们还要得肺炎呢？

既然在DNA的双螺旋型结构上对一个成年人的亿万个细胞的设计编码都十分可靠地登录在卷，那么我们又为什么不能重新长出一个手指来更换受伤或残废了的那一只呢？

既然我们能够活到100岁，又为什么不能活到200岁？

科学使我们对于人为什么会患某种疾病有了越来越多的了解，但是对于为什么人会有疾病这个问题，却仍然难以作出解答。

尽管我们知道，高脂肪引起心脏病，晒太阳可引起皮肤癌，但是为什么我们仍然喜爱脂肪食物和晒太阳呢？

为什么我们的身体不能疏通堵塞了的血管和修复被阳光伤害了的皮肤？

日光灼伤为什么会造成伤害？

为什么几乎任何事情都可能引起伤害？

为什么在经过了漫长的千百万年之后，我们仍然要受到链球菌的感染？

摆在我们面前的医学奥秘，许多难以解答的谜一样的问题，归结起来就是我们这样一个精致的人体器官中，为什么会有这么多的瑕疵和弱点？

设计上的折衷和妥协方案造成了发生恼人的疾病的可能性。

从进化史的角度去考察，这些奥秘就能变成一系列可以解答的问题。

为什么达尔文学说的核心理论——自然选择没有在历史的长河中把使我们对疾病易感的基因逐一清除？

为什么没有选出能使我们完全抵抗损伤，促进修复从而消灭衰老的基因？

“自然选择不是万能的”这一简单的搪塞，总的说来并不正确。

那么正确的答案是什么呢？

读者在阅读本书之后将逐渐理解。

我们的身体，其实是一个精心安排的折衷方案，一个矛盾的统一体。

我们身体中最简单的构造也足以说明，设计方案之高明已经远远超过了人类文明已经达到的水平。

以四肢的长骨为例，它那空心管状结构在使重量降到最小，最节约材料的前提下，具有。

最大的强度和弹性。

它比同等重量的实心钢杆的强度更高。

有专门用途的骨骼又十分巧妙地设计成便于实现其功能的形状；在容易受伤的两端加厚，在受到肌肉杠杆作用力的地方长出表面突起予以加固。

安排一些小沟为娇嫩的神经和血管留下通道。

有需要加强时，它会增加自己的厚度。

一但被折断，将沉积更多的骨痂。

就是它那空心的内腔也被安排作为新生的血细胞的摇篮。

生理学更加令人惊叹不已。

试想一台人工肾，像冰箱那么大，却只能完成天然肾脏的一小部分功能。

再看现在质量最好的人工心脏瓣膜，也只能使用不多的几年时间，而且每打开、关闭一次都会挤碎一些红细胞，然而天然的心脏瓣膜却能在一生中柔和地启闭大约二十五亿次之多。

或者再看看我们的大脑，能把生活中经历的许多细节编码记忆，在几十年之后可以在不到一秒的时间里检索出来。

人类文明还没有发明运算速度这么快，记忆存储量这么大的计算机。

身体还有惊人的精密灵巧的调节系统。

<<我们为什么生病>>

以和谐的激素调节为例，它要配合生命活动的每一个侧面，从食欲到生育，受到一层又一层反馈回路的控制，比任何现代化的化工厂都要复杂。

再看那感觉运动系统错综复杂的线路板：影像落在视网膜上，每个视网膜细胞经视神经向大脑的解码成像中心送出信号，成像、辨色、判断它的运动速度，访问记忆中枢，识别了这个影像是一条蛇。

然后立即联络恐惧中枢和决策中枢，决定开始一个动作。

运动中枢立即指令应当收缩的肌肉收缩，把手赶快挪开——这全部活动是在不到一秒的时间里完成的。

骨骼的解剖、激素的生理学、神经系统的网络——我们的身体里有上千个美仑美奂的、令人惊喜、令人感叹的完美的设计方案。

然而，也有不少地方相反地、似乎是不可饶恕地粗率。

举个例子：把食物送进胃里去的食管和把空气送进肺里去的气管会在咽喉交叉。

这种低劣的设计，无疑是埋伏了交通事故的一个重大隐患，我们每次吞咽都必须把气管关闭以免被呛。

再看近视的问题：万一你是人群中25%那不幸的带有近视基因的人之一，你就几乎肯定会变成近视眼，只能在老虎已经十分靠近，你快要变成它的佳肴时才能看见它。

为什么这种基因没有在进化过程中淘汰掉？

再看动脉粥样硬化：一个庞大的血管网络系统，精确地不多不少地把所需要的血液分送到全身各个部分，然而却会发生胆固醇沉积在动脉壁上这样的问题，结果使血流不畅，引起心肌梗塞和中风。

这就好像是马自达和奔驰公司的设计师在汽车油路设计上使用了一段吸苏打水的塑料管！

我们身体的设计还有不少不恰当、不合适的地方。

每个这种不相称的设计都成为医学上需要探索和研究的奥秘。

我们为什么有变态反应（又称过敏反应）？

免疫系统当然是有用的，但是为什么对花粉免疫就有害？

还有，为什么我们的免疫系统，我们身体里的公安部门会“违法行政”，攻击我们自身的组织引起诸如风湿热、关节炎、甲状腺功能亢进症、糖尿病、红斑狼疮以及多发性硬化这些自身免疫病？

还有妊娠时的反应，恶心和呕吐，真不好理解！

当一位将要做妈妈的女士正是需要营养供应子宫里正在发育成长的胎儿的时候，却因为恶心而吃不下东西，甚至还要因为呕吐而把已经吃下去的东西吐出来！

对于人人都会发生的衰老这种最公平的不幸，也是我们难以理解的一个问题。

甚至我们的行为和情绪也似乎是由一个好搞恶作剧的上帝设计的。

为什么我们偏爱那些对我们的身体有害的食物：油脂、奶油和糖，却都不大喜欢蔬菜和粗粮？

为什么明明知道自己已经太胖，在打算控制自己的食欲时，意志却显得那么不坚强？

为什么男女之间的性反应那么不容易配合，为什么没有设计成双方一道达到性高潮，同时获得最大满足的模式？

为什么我们之中有那么多人总是忧心忡忡，一生中都像马克·吐温所说的那样“为从未发生过的灾难痛苦”？

为什么我们的快乐总是那么短暂，那么一瞬即逝？

在刚刚达到一个长期为之奋斗的目标之后所产生的不是成功的满足，而是又一个还没有达到的目的的新欲望？

对我们这个身体的设计，看来是既有超越一般水平的精确性，又有难以置信的疏忽。

好像是宇宙间上帝麾下的那些最高明的设计师在礼拜天把事情交给了一个马虎草率的专门会把饭烧糊的徒弟。

疾病的两类原因：近因和进化史原因为了解释这些矛盾，我们必须找出每种疾病的进化方面的原因。

现在已经十分清楚，疾病的进化方面的原因与人们平常所说、所想的不一样。

以心肌梗塞为例，吃多了脂肪食物又兼有易患动脉粥样硬化的基因是心绞痛或梗塞的主要病因。

这些是生物学家所说的“近因”。

我们在这里更加关心的是“进化史的原因”，追溯到远古时代，我们为什么被设计成现在这个样子。

<<我们为什么生病>>

研究心绞痛和心肌梗塞，进化学家要了解为什么自然选择没有剔除掉促使人们喜好脂肪食物的基因和胆固醇沉积的基因。

近因所阐明的问题，是机体在怎样在运转，为什么有的人得病而另外一些人不得病。

进化史原因要阐明就整体而言，为什么人类对某一些疾病易感，对另一些又不易感。

我们要知道为什么人体的某些部分那么容易衰竭，为什么我们会患某些病而不患另外那些病。

当近因和进化史原因对疾病的解释更加仔细、更加明确地区别开来之后，生物学中的许多问题将更加具有意义。

近因描述一种生物性状、品质、特性——它的解剖、生理和生物化学，以及它从受精卵中的一小片DNA上面的遗传信息发育成人的规律。

进化论的解释所要阐明的是为什么这一小片DNA特地专门规定了这种生物性状，而我们又为何独有编码这一种结构的DNA而不是另外一种。

近因和进化史原因的解释是不能互相替代的——对于理解每一种生物性状，两者都是必要的。

关于外耳廓的近因的研究，包括它怎样使声音聚焦，它由哪些组织构成，它的神经和血管，以及它怎样从胚胎型发育成成人型这样一些知识和信息。

尽管我们已经对这些问题有了彻底的、充分的了解，我们还需要从进化史方面了解这样的一种构造对于人类有哪些好处，才在自然选择的过程中被选择留下来；是怎样从这远古时代的什么形式逐渐经过自然选择而演变成今天这个样子的。

再看味蕾，近因解释是它的构造和化学，怎样检测到咸、甜、酸、苦味，怎样把这些信息转变为经过神经原传送给大脑脉冲的，而进化史的解释则要说明，味蕾为什么只检测咸、甜、酸、苦，而不检测其它的化学特性，检测这四种化学特性对于具备这种能力的动物在生存竞争中有些什么帮助。

近因所解答的是“什么？”

和“怎样？”

”——是关于构造和机制的问题；进化史方面解答的是“为什么？”

”——是关于起源与功能的问题。

大部分医学研究是寻找近因，解释机体的某些部分怎样工作，或者某种疾病怎样打乱了这一正常功能。

生物科学的另外一半，则试图解释为什么以及怎样会是现在这样，在医学中是不够重视的，或者没有重视的。

当然，这并非完全不关心另外的一半。

生理学的基本任务就是要弄明白每一个器官正常做些什么，整个生物化学领域是为了了解代谢机制是如何工作的，为了什么而工作的。

但是在临床医学中，对进化、对自然选择在疾病病因中的地位、作用、意义的探索，最多也不过是三心二意的。

因为疾病总是被认为是一种不必要的、反常的现象，去研究它的“进化”史，便似乎迹近荒谬了。

然而，从进化史的角度去研究疾病，并非研究疾病有什么好处，而是去了解生物设计定型过程所造成的对疾病的易感性的历史根源。

机体设计定型方面显而易见的缺陷，同自然界的一切事物一样，只能通过近期原因和历史原因两方面的研究才能充分予以理解。

论的解释是不是纯推理性的且只有纯思辨的意义？

不完全这样。

例如，妊娠呕吐，如果确实是西雅图的研究员马季·普罗费（Margie Profet）所推断的那样，这种发生在妊娠早期的恶心、呕吐，以及厌食，是为了防止发育中的胎儿免受毒素的伤害发生畸形而选择进化出来的，那么症状便应当在胎儿组织分化时开始，应当在胎儿变得不那么容易受伤害时减轻，而且应当首先拒绝那些含有最可能干扰胎儿发育的有毒物质的食物。

而我们所能看到的，有不少事实与这些推测相符合。

从进化论角度提出的假说，因而将有可能预测近因机制可能发生的问题。

例如，如果我们的进化论假说认为感染时所出现的缺铁不是感染的直接原因（不是贫血所致抵抗力减

<<我们为什么生病>>

弱)，而是机体防御机制的一个组成部分，我们便可以预测补铁将可能使感染恶化——确实如此。

试图判断疾病的进化史根源，远不是一种思辨游戏。

它确实是一种有意义的，但是没有被我们充分利用的，对于疾病的了解、预防和治疗都是非常有用的工具。

病因学的另一方面——历史根源研究各种疾病的专家会自问为什么会有这种疾病，而且他们常常会萌发一些很有价值的想法。

但是，在大多数情况下，他们把进化史原因和近因混淆在一起，或者不知道怎样去验证、论证他们的想法、假说，或者是因为提出的看法不合正统观念而勉为其难。

这种困境也许能在构建了一个达尔文医学的正式框架之后得以缓解。

为此，我们提出对疾病的进化史解释的六个范畴，这六个范畴都要——详细阐述，现在提纲式地阐明这一领域中主要的逻辑思维，对准备深入讨论的课题，提出一个初步的概念。

<<我们为什么生病>>

编辑推荐

《我们为什么生病:达尔文医学的新观念》用进化论颠覆你的健康常识。

<<我们为什么生病>>

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>