

<<打雷天洗澡，找死啊？>>

图书基本信息

书名：<<打雷天洗澡，找死啊？>>

13位ISBN编号：9787807630289

10位ISBN编号：7807630280

出版时间：2009-1

出版时间：广西科学技术出版社

作者：安那海德·奥康纳

页数：261

译者：邵毓敏

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>

## <<打雷天洗澡，找死啊？>>

### 前言

打雷天洗澡，找死啊？

作为《纽约时报》的记者，我擅长写些可以吸引亿万人眼球的爆炸性新闻，比如解密癌症病因研究的最新突破，剖析威胁儿童健康的变化趋势，针对常用药的争论发表评论，或是关注疯牛病和禽流感的肆虐等。

但是，一旦有人知道我是《纽约时报》健康专栏的撰稿人，他们又都毫无例外地会和我聊起一些看似微不足道，却困扰他们多时的问题：我最好的朋友对微波诚惶诚恐，他不知道有关说法是否有科学根据？

父亲曾对我讲起的关于秃顶的故事将信将疑，他不知是否属实？

橱柜里放一瓶紫锥菊是否真能帮助抵御感冒？

咳嗽是否真能让人免于心肌梗死？

男人应该如何辨别女人是否在故作高潮？

这也难怪，在我们的意识中，一些所谓的偏方通常和医生的处方具有同等效力。

在当今这个年代，讲究的是双盲的研究方法，不计其数的自助书籍随处可见，而互联网更是将疾病和治疗带入了信息爆炸时代，一眼望去答案似乎远比问题多。

在上述情形下，一些司空见惯的疗法和解释无疑非常重要，但其中有一些也就是徒有其名而已。

但究竟如何区分呢？

几年以前，我的一名编辑和我开始酝酿一个计划，我们要戴上审视的眼镜，用可靠的科学研究正视这些“真与假”的问题。

因为它们尽管一直存在，却长期为我们所忽略，现在我们希望还它们以公道。

正如我的大多数读者在给我的信中所写到的，通过父母、兄妹、祖父母和老师的口口相传，他们总能接触到各种貌似颠扑不破的真理。

对此我也感同身受，所以现在，我们希望通过查阅医学杂志、拜访专家和自己的缜密思考，为这些所谓的“真理”找到恰如其分的答案。

这些“真理”包罗万象，既有生活小事，又有具有重大意义的历史事件——例如，为什么英国在二战时的空军策略意味着此后数代的小孩都必须多吃胡萝卜？

这些故事同时也为我们开启了一扇窗户，窗外是不同寻常、有时甚至是光怪陆离的景象，科学家们徜徉其中，试图拨开重重迷雾，仔细审视那些与我们的健康休戚相关，但又诡异离奇的难题。

你或许不曾想到，还有为数不少的一部分人打着科学的旗号研究感冒：为了采集被测试者的鼻腔分泌物，他们必须让被试者呆在冰库中，或是让他们穿着湿漉漉的衣服来回走动，以判断着凉是否真能引起感冒。

你当然更不能想象，曾有一群科学家为了验证反复扳关节是否真会引起关节炎，虔诚地把疗养院擦洗了好几遍！

另外还有研究致力于探索鸡汤是否真能治愈感冒。

欢迎参加我们“真与假”的探索之旅。

<<打雷天洗澡，找死啊？>

内容概要

《纽约时报》著名健康专栏记者寻根究底，揭示了关于饮食、运动和其他健康传闻背后的真相。

《纽约时报》“REALLY?”

”专栏作家安那海德·奥康纳深入探究了各种民间传言、偏方和其他医学之谜的真真假假。

《打雷天洗澡,找死呀?》囊括了各种令人疑惑的健康传闻，譬如看电视时离电视太近，电视的辐射会伤害眼睛；甜菜是护肝圣品；打雷天洗澡，会被电死…… 在向专家求证之后，作者以诙谐的笔调告诉大家，哪些“坏习惯”是被冤枉的，哪些秘方是无效的，哪些健康常识一直都在被错误理解……

<<打雷天洗澡，找死啊？>

作者简介

安那海德·奥康纳。

《纽约时报》记者，《纽约时报》科学版。

REALm”专栏作家，主要报道科学和健康领域的新闻，并撰写相关文章，在普及科学及健康知识方面独树一帜。

颇有建树。

<<打雷天洗澡，找死啊？>

书籍目录

第一章 神奇DNA的捣蛋游戏勤剪毛发会让它更黑更浓密吗？

男人秃顶都该怪妈妈吗？

长得像爸爸的孩子更招人喜欢？

双胞胎的指纹也会一模一样吗？

家里的老大会比弟妹更聪明吗？

怀孕时备感压力是否会伤害胎儿？

高个子比矮个子更长寿吗？

左撇子的寿命会短吗？

你的眼睛会变色吗？

第二章 那些关于性的坊间传闻是真的吗？

巧克力真的能催情吗？

牡蛎让你亢奋吗？

真的有西班牙苍蝇吗？

秃顶的男人是否更有男人味？

她假装的高潮，你能看出吗？

女人真的能有多重高潮？

多喝牛奶会让女孩性早熟吗？

做爱会诱发心脏病发作吗？

比赛前做爱是否会影响发挥？

自行车座是否会造成阳痿？

做爱真的会加快分娩吗？

第三章 适者生存，做那么多运动真的有效吗？

停止锻炼后，肌肉就会变脂肪？

慢跑会伤害膝关节吗？

完美的六块腹肌怎么才能拥有？

空腹锻炼，能让更多脂肪跑光光？

晚上吃东西就会长胖吗？

假期归来，体重剧增？

“溜溜球节食法”的是是非非绿茶真的能减肥？

芹菜是否真是负卡路里食物？

第四章 吃喝也有大学问——吃什么与不吃什么的困扰早餐真的是一天中最重要的一餐吗？

吃鱼真的可以补脑吗？

吃胡萝卜真能提高视力吗？

甜菜是护肝圣品吗？

喝酒能解毒吗？

酒精会杀死脑细胞吗？

女性为什么更容易醉？

空腹喝酒真有那么可怕吗？

混着喝酒真会让你不舒服吗？

罂粟籽面包圈让你“变成”瘾君子？

吃不对，诱发小痘痘？

烧烤食品，致癌的恶魔？

第五章 小面的世界太危险( )——中毒的地球瓶装水比自来水更干净吗？

自来水中的氯，它安全吗？

人造甜味剂对你有害吗？

<<打雷天洗澡，找死啊？>

碳酸饮料也会致癌吗？

止汗药真的会导致阿尔茨海默症吗？

止汗药会致癌吗？

人造光源对你的健康有害吗？

空气清新剂会伤害你的肺吗？

染发剂也会致癌吗？

塑料容器会让化学危害悄悄靠近你吗？

第六章 外面的世界太危险( )——无处不在的细菌生锈的东西都会让你得破伤风吗？

马桶坐垫真是细菌多多吗？

抗菌肥皂比普通肥皂管用吗？

牙刷也会传播疾病吗？

打了流感疫苗反而容易得流感吗？

灾难会导致流行病爆发吗？

怀孕了，就该疏远猫吗？

感冒的你啥时成为传染源的？

运动会让感冒加重吗？

第七章 妈妈的秘方最管用吗？

紫锥菊真的能够帮助你击败感冒吗？

让伤口“呼吸”，它会好得更快吗？

千万别让头部受伤的人睡着？

蔓越莓汁能够预防尿路感染吗？

喝绿茶真的能抗癌吗？

治疗风湿性关节炎的灵丹妙药：葡萄干？

酒能缓解牙痛吗？

脑卒中简易诊断法，你知道吗？

硒能够使你的心脏保持健康吗？

心脏病发作时，咳嗽能让人活下来吗？

指甲上的白点表示你缺钙吗？

喝牛奶会生痰吗？

鸡汤对感冒真的有好处吗？

第八章 大大小小的坏习惯，是压垮你的那根稻草吗？

扳关节会不会导致关节炎？

坐直了，别趴下，对背真的有好处吗？

在裤子后兜里放钱包坐骨神经疼找上门？

喝咖啡会阻碍孩子长个吗？

让头发掉光光的“罪魁祸首”跷跷二郎腿，静脉曲张紧身随？

什么会伤害我们的视力？

催眠有助于戒烟吗？

星期一，心脏病的发作日？

生日，生日，心脏病的爆发日？

休假让你更抑郁？

第九章 狂乱的现代世界，你的手机安全吗？

打雷天洗澡，找死啊？

经常看电视，孩子会变傻吗？

电视的辐射会伤害你的眼睛？

大声听音乐会导导致永久的听力损害吗？

噪音会增加心脏病发作的风险吗？

<< 打雷天洗澡，找死啊？ >>

营养啊营养，我把你“微波”掉了吗？

飞行会增加流产的风险吗？

坐飞机的后舱是否最安全？

手机真会引起脑癌吗？

第十章 小面的世界真“精彩”蚊子为什么总叮你？

皮肤里的螨虫会自生自灭吗？

用火烫蜚管用吗？

被蜜蜂蜇过后应该拔刺吗？

被蛇咬了以后应该吸出毒液吗？

熊瞎子来了，装死有用吗？

遭遇大鲨鱼，你该怎么办？

饭后可以马上游泳吗？

雨中漫步比跑步更容易成“落汤鸡”吗？

着凉就会感冒吗？

关节真能“预报”天气吗？

头会损失身体大部分的热量？

第十一章 完美的睡前饮料，助你安然入眠咖啡和茶：谁是咖啡因含量大王？

睡得多也不好？

睡眠能激发灵感吗？

晚上做运动，别想睡好觉？

褪黑激素能帮倒时差吗？

人老了觉就少吗？

火鸡会使人昏昏欲睡吗？

睡帽有助于睡眠吗？

打呵欠会传染吗？

尾声地球，运个古怪的里球致谢

## &lt;&lt;打雷天洗澡，找死啊？&gt;

## 章节摘录

所以，不管是男人还是男孩，尽管他们都对一脸漂亮的络腮胡梦寐以求，但遗憾的是。刮胡子并不会加速胡须的生长。

而女人们大可不必为刮掉脸上的小绒毛而忧心忡忡，它终究不可能形成燎原之势。

男人秃顶都该怪妈妈吗？

回答这个问题之前，我们或许需要思考另外一个更为重要的问题：为什么秃顶的男人会觉得窘迫难堪？

自从中世纪以来，人们就认为秃顶是一种可与皮肤病或麻风病相提并论的疾病。

几百年前，秃顶曾被认为是精神病的症状。

想想也有些道理，干枯的土地上不可能长出茂密的森林，以此类推，空荡荡的脑袋上也不可能长出浓密的头发。

还有些人认为，秃顶的人通常都存在性功能减退的问题。

正是上面这些令人困窘的原因使男人对“青丝永驻”不遗余力，有时候甚至达到了荒谬可笑的地步，他们甚至一掷千金也在所不惜，就为了获得那些号称具有神奇功效的药片、药膏和其他各种尚无定论的疗法。

还记得20世纪80年代的“倒立”风潮吗？

不计其数担心自己将来会变成秃顶的男人，笃信着一种“伪科学”的理论，这种理论宣扬秃顶是由于头皮血流减少所致。

于是它的追随者按图索骥，从此对倒立乐此不疲。

仅仅50年前，研究者得出了一个可靠的理论：秃顶与x染色体有关，这说明男性的秃顶是从他们母亲那里遗传的。

成群结队的男人正为过早就出现的秃顶而郁郁寡欢，现在他们终于找到了“罪魁祸首”，他们将矛头直指自己的母亲——或者更确切地说是母亲的父亲，也就是他们的外祖父。

与此同时，大多数科学家并不赞成上面的理论。

他们指出，秃顶是由睾丸激素水平过高所致，被阉过的男人（通常女人也是如此）几乎不会秃顶，所以秃顶的男人将责难和怨恨全部归咎在外祖父身上似乎有失公允。

2005年，一项最新研究结果表明这两种说法都有可取之处。

科学家利用尖端的基因检测技术精确定位出秃顶男性中经常出现的基因变异，这项研究结论发表在《美国人类遗传学杂志》上。

研究中包括了来自95个不同家庭的秃顶男性，每个家庭中至少有两兄弟在早年就开始脱发。

引起秃顶的“罪犯”是雄激素受体基因的一种变异，这种基因位于X染色体上，而男性的X染色体均来自于他们的母亲（Y染色体来自于父亲）。

研究表明，这种基因变异会增加睾丸激素和其他被称作雄激素的男性激素的作用，而这正是秃顶的幕后杀手。

科学家指出，在相当多的男性中上述基因变异可能正是导致过早秃顶的“主要先决条件”，其他许多基因和因素作用虽然相对较弱，但也参与其中，例如导致父亲家族过早脱发的基因。

如上所述，我们能得到两点启发。

首先，如果你是一名男性，而且你的外祖父不幸已经头发所剩无几，那么请务必做好思想准备，你将来恐怕也在劫难逃。

其次，如果你已经秃顶，并对“倒立增加头部血流法”跃跃欲试，我劝你还是立即放弃了这种不切实际的做法吧！

长得像爸爸的孩子受招人喜欢？

作为父母，第一眼见到自己的孩子总会认真地打量一番：这个孩子长得像我吗？

父母总是希望在孩子身上看到自己的影子，并引以为荣，对此父亲往往更甚。

初为人父，从孩子的身上看到自己的模样，已决不限于只是虚荣心作祟，而更是一种例行公事。

对于孩子是不是自己的，妈妈心里一清二楚。



<<打雷天洗澡，找死啊？>

但是，在亲子鉴定和《莫瑞·波维奇脱口秀》（美国脱口秀节目）出现以前，父亲对孩子是不是自己的其实并不确定。

如果生育的根本目的是让基因代代相传，那么当一个男人可以轻易离家出走、孕育新的后代时，他还有必要为了抚养一个与自己的血缘关系都存在异议的孩子而大费周折，投入大量的时间、精力和金钱吗？

## <<打雷天洗澡，找死啊？>>

### 编辑推荐

如果你对“有些人为什么特别招蚊子”这种稀奇古怪的健康问题饶有兴趣。请翻开这《打雷天洗澡,找死啊?》，你会知道众多健康传言背后的真相究竟如何。

毛发越剪越浓密吗？

参见第一章秃顶的男人是否性能力更强？

参见第二章空气清新剂会伤害你的肺吗？

参见第五章鸡汤能治感冒吗？

参见第七章在雷雨天淋浴真的有触电的危险吗？

参见第九章吃鱼真的可以补脑吗？

参见第四章抗菌肥皂真比普通肥皂管用吗？

参见第六章睡觉真能激发灵感吗？

参见第十一章114个隐藏在日常生活中的健康趣谈关于我们的健康和我们所生活的世界——惊人的事实与骗人的传言。

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>