

<<主宰脑与心的物质>>

图书基本信息

书名：<<主宰脑与心的物质>>

13位ISBN编号：9789861776316

10位ISBN编号：9861776311

出版时间：2012-9-30

出版时间：晨星出版

作者：【日】生田哲

译者：叶亚璇

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>

## <<主宰脑与心的物质>>

### 内容概要

你了解你的「心」嗎？

為什麼在危急的時候心頭會一緊？

為什麼進入考場前會忐忑不安、心跳加速？

為什麼抑鬱不安時，胸口好像有大石頭壓住？

為什麼抽中大獎時，心裡有種飄飄然的感覺？

藥學博士生田哲說，心其實就在腦中，心靈是腦部活動的展現，神經傳遞物質在腦部運作的結果，也就是我們的心理狀態。

如果可以了解這些掌控腦與心的關鍵物質、學得保持平衡的方法、將腦更加活性化，一定可以迎接健康活力的人生。

人腦與心的運作機制

認識乙醯膽鹼、血清素、多巴胺、去甲腎上腺素等代表性腦內物質

腦內物質失衡引起的心理疾病

活化大腦與身心健康的飲食重點

## <<主宰脑与心的物质>>

### 作者简介

生田哲

1955年出生於日本北海道，獲藥學博士學位。

先後任職於以癌症、糖尿病、基因學研究聞名的希望之城醫療中心（City of Hope National Medical Center）、加州大學洛杉磯分校（UCLA）、加州大學聖地牙哥分校（UCSD）等處之博士後研究員與伊利諾理工學院（Illinois Institute of Technology）副教授（化學系），過著鑽研基因結構與開發藥品的研究生活。

回國後專事寫作，在生物化學、醫學、藥學等生命科學領域著作良多。

譯者簡介

葉亞璇

台灣桃園人，曾任編輯及英日文翻譯，現為明星大學講師、日本通譯翻譯學會會員。

譯有《達爾文演化論入門》、《葡萄酒入門》、《流行病毒如何讓人致命？

》、《青蛙不喝水？

蛇類瞎了眼！

：51個你不知道的兩棲爬蟲新常識》、《瑪莉亞的凝望》等書。

<<主宰脑与心的物质>>

书籍目录

叢書序

作者序

第一章 活著的腦

第二章 腦內物質失衡引起的毛病

第三章 日常生活中「變心」的物質

第四章 飲食可改變身心

附錄：主要參考文獻

<<主宰脑与心的物质>>

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>