

<<小心壞科學>>

图书基本信息

书名：<<小心壞科學>>

13位ISBN编号：9789866665479

10位ISBN编号：986666547X

出版时间：2010年05月28日

出版时间：繆思

作者：班．高達可 Ben Goldacre

页数：368

译者：蔡承志

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>

## &lt;&lt;小心壞科學&gt;&gt;

## 前言

讓我告訴各位，事態惡化到什麼地步。

英國幾千所公立學校的學童常常聽到一些說法，而且還是老師教的，說上下伸縮頭頸可以促進血液流向大腦額葉，所以能提高注意力；還說用一種特殊的科學方法摩擦手指，可增進全身的「能量流動」；又說加工食品沒有水；還有把水含在舌上，可以滲透上顎，直接滋潤腦部，這些說法都屬於一套專門鍛鍊方案，稱為「健腦操」。

我們會花點時間來討論這些說法，更重要的是，還會談談英國教育體系裡為這套做法背書的傻蛋。

然而，本書可不是彙總荒誕事物的雜碎文集。

內容依循自然節奏漸次增強，從江湖郎中的謬論開始，談主流媒體他們掛上的信用保證，接著是三百億英鎊規模的食品補充劑產業如何巧施花招、三千億英鎊規模製藥產業的邪惡手法、科學研究報告的悲劇，最後談到一些案例，有些人莫名入獄、遭人嘲弄、甚至喪命，只因為我們社會普遍對統計數字和證據認識不足。

英國物理學家暨小說家史諾（C.P. Snow）在半個世紀前，針對科學與人文課題，發表「兩種文化」（Two Cultures）著名演講時，人文學界根本無視我們的存在。

如今，科學家和醫生則發現自己這方的人數力量占盡優勢，然而這批科學大軍自以為有資格通過證據的檢驗（精神可嘉），卻不肯花心力對種種議題有個基本的理解。

學校教我們用試管研究化學，教描述物體運動的方程式，以及光合作用的若干知識（這要遲幾年才會學到），卻可能沒教死亡、風險、統計，還有致命或治病的科學。

我們的文化缺陷正在擴大：實證醫學是應用科學的極致，包含過去兩百年來某些最睿智的概念，拯救無數人命，然而倫敦的國立科學博物館卻從沒辦過這個主題的個展。

這可不是因為不感興趣。

我們很沉迷保健（媒體的科學報導大半都屬醫學內容），還飽受看似很合乎科學的主張和報導轟炸。不過，稍後你就會看到，為我們提供資訊的人士一再表現出無能作為，他們讀不懂、說不清、也不肯相信親眼目睹的確鑿科學證據。

開始討論之前，我先概略說明一下討論範疇。

首先，我們來看看做實驗——親眼見識結果，研判是否符合某個理論，還是另一個理論更令人信服，這麼做意義何在。

各位或許會發現，這些早期步驟既幼稚又裝腔作勢——所舉的事例的確空前荒誕，然而主流媒體泰斗權威卻輕率採信，大肆宣揚。

我們會瞧瞧這些有關人體的擬似科學報導，探究它們如何混淆視聽。

接著，我們會談談順勢療法（homeopathy），不是因為它多重要或多危險（它一點也不），而是它是講授實證醫學的理想模型：順勢治療藥丸是什麼成分都沒有，卻彷彿具有療效的小糖錠，因此擁有所有你該知道的事實，明白療法的「公平測試」為何，而我們又是如何受到誤導，高估療法的實際療效。

你會懂得如何正確進行試驗，並指出不合格的試驗。

這背後還藏有安慰劑效應，這或許是人類療法中最耐人尋味、也最受誤解的層面，而且它遠不只是區區一枚糖錠而已：這種藥錠很古怪，違反直覺卻又能道出身心療法的真相，遠比一切關於治療量子能量模式的人為瞎扯都更有趣。

我們會回顧關於安慰劑效用的證據，讓各位自行歸納結論。

再來，我們會往下探討更重大的議題。

營養學家是另類治療師，卻成功給自己冠上科學家的稱號。

營養學家犯的錯誤比起順勢治療師更為有趣，因為他們擁有一點真正的科學素養，這就讓他們不只更有趣，還更危險，因為他們作怪造成的真正危害，並不在於顧客有可能死亡（確有零星案例，但為此責怪他們，似乎過於鹵莽），而是他們有計畫地破壞民眾對證據最根本的理解。

我們會看到種種誇張的手法和外行的錯誤，導致大家一再對食物和營養產生錯誤認知，以及這門新產業如何轉移注意力，遮掩真正會危害健康的生活形態風險因子，對我們看待自己和身體的方式也

## <<小心壞科學>>

造成更微妙卻同樣驚人的影響。

具體而言就是促使大家更廣泛從醫學角度來看待社會、政治問題，套入簡化的生物醫學架構，並兜售可販賣的解決之道，特別是藥丸和流行飲食之類。

我會提出證據讓各位明白，令人錯愕的謬誤尖兵正進入英國各大學，伴隨正統學術研究進入營養學領域。

在這個篇章裡，你會認識在英國大受歡迎的吉莉安·麥基斯（Gillian McKeith）博士。

接著我們還會運用同樣正規醫學工具，來檢視製藥產業如何巧施詐術，蒙蔽醫師和患者的雙眼。

之後，我們會檢視媒體如何促使民眾對科學產生誤解、如何執著於無意義的報導，還扭曲統計和證據的基礎，而這也彰顯我們做科學研究的核心宗旨：避免我們受自身個別經驗和成見所誤導。

最後是最讓我憂心的一章，我們將檢視位高權重人士的作為，他們理應更明白事理，卻依然犯下根本錯誤，帶來慘重後果；還會見到媒體自顧自地將兩項保健恐慌證據加以扭曲到危險又荒謬的極端地步。

當我們逐步往下談時，請務必注意這情形是多麼普遍，但也想想就此你能有什麼對策。

你沒辦法規勸他人脫離他自認沒有栽入的處境。

不過，讀完本書，你會擁有致勝工具（或起碼能夠理解），不論哪項議題都難不倒你，好比奇蹟療法、麻腮風混合疫苗（MMR）、大藥廠惡行、某種蔬菜能有多少防癌功效、科學報導無腦化、不可靠的保健恐慌、傳聞證據的是非曲直、身心關係、非理性的科學或者日常生活的醫療化現象等等。

你也許已經見識過常見騙局背後的詭詐證據，不過，閱讀過程中仍會習得種種有用的學識，能理解關於研究、證據水準、偏差、統計（別緊張）、科學史、反科學運動和江湖郎中騙術等等，而且這一路上還有令人絕倒的妙事，讓各位見識自然科學為我們彰顯的世界萬象。

這一點都不困難，因為只有藉這門科學課程我才敢擔保，犯下那些愚蠢錯誤的人，絕對不會是你。

而倘若到最後你還是無法認同我的見解，那麼我只能說：你還是錯了，不過比起現在，你錯得更有風采和才華。

班·高達可 2008年7月

## <<小心壞科學>>

### 內容概要

《小心壞科學: 醫藥廣告沒有告訴你的事!》已售出17種語言版本 本書揭穿： 八卦是非 江湖騙術 訛傳惑眾的謠言 誇大不實的廣告 高達可醫師的神速強效藥方，能治以下病根：  
： 危言聳聽的新聞記者 兜售藥丸的營養學家 刁鑽怪誕的統計資料 邪魔歪道的製藥企業 近年來，美容整型醫療糾紛頻傳，養生保健食品藥品廣告誇大不實屢見不鮮，地下電台販售假藥更是戕害國人的身體健康。

我們的日常生活充斥著「某科學研究報告指出」、「某營養學家 醫藥專家建議」、「某某藥品 保健食品 化妝保養品吃了用了多有效」、「某種療法是病患的救星，一試見效」等說法，到底其中的真相為何？

在網路謠言橫行、媒體錯誤報導頻仍、許多人假借科學賣膏藥的現下，到底該如何為自己的健康和生命安全把關？

本書作者，《衛報》專欄作家班．高達可醫師以幽默詼諧的筆調，論述出現在媒體和廣告上，不斷轟炸我們的「壞科學」內容，從健腦操到排毒法，從順勢療法到安慰劑效應，從藥廠惡行到保健恐慌，從營養學到公共衛生，用實證醫學角度教你一一破解這種種訊息背後的假象 問題 迷思 騙術，讓你追求更健康長壽、更聰明美麗的人生之餘，也能擁有正確科學知識明辨是非真假，自我保護不受騙！

## <<小心壞科學>>

### 作者簡介

班·高達可 (Ben Goldacre) 英國醫師、得獎作家、廣播節目主持人，以撰寫《衛報》「壞科學」專欄著稱，揭露種種公眾消息來源中被扭曲的科學知識，致力於矯正錯誤的科學觀念。曾在牛津和倫敦求學，並短暫涉足學術生涯。現為國民保健服務體系的全職員工。

譯者簡介 蔡承志 全職科普書譯者。  
譯著包括《食物與廚藝II：蔬、果、香料、穀物》、《創作大師的不傳之祕》、《大腦比天空更遼闊》、《大氣：萬物的起源》、《知識的365堂課》、《無限大的祕密》、《如何幫地球量體重》、《療癒場：探索意識和宇宙的共振能量場》、《飛行的奧祕》等。

<<小心壞科學>>

書籍目錄

推薦序：在科學世界裡撥亂反正 / 潘震澤（美國奧克蘭大學護理學院客座教授）  
推薦序：認清假科學，正確解讀醫藥資訊 / 潘懷宗（國立陽明大學醫學院藥理所兼任教授）  
前言  
1 排毒戲法 2 健腦操 3 神奇的化妝品專利配方 4 順勢療法 5 安慰劑效應 6 一日一瞎扯 7 冠上「博士醫生」的營養學家 8 「藥丸解決複雜的社會問題」 9 當醫生與藥廠合作賣藥 10 現在醫生要告你了 11 主流醫學邪惡嗎？  
12 媒體如何加深民眾對科學的誤解？  
13 為什麼聰明人相信蠢事？  
14 統計會耍詐 15 保健恐慌 16 媒體的麻腮風混合疫苗騙局 17 還有一件事 延伸閱讀 & 致謝

## <<小心壞科學>>

### 媒体关注与评论

高達可醫師不只批判邪說歪論，還指名道姓揭穿現代郎中的斂財技倆，甚至對大藥廠及媒體的劣行也不放過。

這份道德勇氣可說是「自反而縮，雖千萬人吾往矣」的最佳寫照。

《小心壞科學》是打著各種神奇療法的江湖郎中最不願意看到的一本書，也是許多媒體工作者羞於提起一本書，卻是所有尋求正確健康資訊者必備的一本書。

」 - - 美國奧克蘭大學護理學院客座教授 / 潘震澤

## <<小心壞科學>>

### 编辑推荐

《小心壞科學: 醫藥廣告沒有告訴你的事!》特色 作者帶領我們一腳踏進壞科學界，進行一趟熱鬧、振奮又能增長見聞的旅程，見識滿坑滿谷最惡質的八卦是非和江湖騙術！  
論述出現在媒體和廣告上，不斷轟炸我們的所有「壞科學」內容。

從穀片包裝盒背後那種沒有用的圓餅圖示，到美妝廣告使用的「立即見效」字眼。  
本書能幫大家掂量自己的直覺 因為我們總覺得，出現在媒體和廣告上的所謂的「科學」，許多都是錯誤或騙人的。

言辭犀利，冷嘲熱諷，令人發噱（還大膽揭發荒謬舉止），讓讀者見識區辨善惡必知的真相。

聯合推薦 美國奧克蘭大學護理學院客座教授 / 潘震澤 國立陽明大學醫學院藥理所兼任教授 / 潘懷宗 中央研究院院士 / 曾志朗 主婦聯盟生活消費合作社總經理 / 黃仁棟 當媒體散播似是而非的科學訊息，當廣告吹噓誇大不實的醫藥療效，當醫生和營養學家推銷起藥品、保健食品和另類療法…… 你，如何為自己的健康把關？

假借科學賣膏藥的年代，人人都要提防「壞科學」！

本書教你識破醫學謬論，躲過各式保健騙局！

英國《觀察家報》、《經濟學人》和《時代》三大媒體一致評選為「2008年最佳好書」！

英國《時代》雜誌評選為「二十一世紀百大好書，非文學類」！

榮登《泰晤士報》、《獨立報》、《觀察家報》、《每日電訊報》等媒體的「年度書榜」！

《經濟學人》、《泰晤士報》、《獨立報》、《觀察家報》、《每日電訊報》、《新科學人》、《每日郵報》等媒體佳評推薦

<<小心壞科學>>

#### 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>