

《細菌》

图书基本信息

书名：《細菌》

13位ISBN编号：9789862729783

出版时间：2016-2-5

作者：[德] 哈諾·夏里休斯 (Hanno Charisius), 里夏爾德·費里柏 (Richard Friebe)

页数：432

译者：許嫚紅

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《細菌》

內容概要

人類以為細菌是我們的敵人，欲除之而後快。但過度害怕細菌讓人生病，大多數的細菌都是我們生命中的好夥伴，協助對抗腫瘤、肥胖和心血管疾病。

當你出生的那一剎那，成千上萬的益菌也和你一起出現在這個世界上，它們是你生命中永遠的好夥伴。

夏里休斯和費里柏為我們開展了微生物世界的驚奇旅程，釐清人體內生態體系的運作機制，細菌不只影響了我們的消化、情緒、伴侶選擇和思考能力，甚至還協助對抗腫瘤、過敏、肥胖症、營養失調、心血管、腸道問題等文明病，過度的消毒殺菌反而讓我們面臨體內的生態浩劫。

我們應該把體內的微生物生態系統當作一座花園細心呵護，善待體內的益菌，和數千億個好夥伴共度更健康的生活。

得獎紀錄

二 一五年奧地利年度科學書籍獎決選書單

本書特色

二 一五年奧地利年度科學書籍獎決選書單

徹底顛覆你對細菌的看法！

你知道微生物療法嗎？你知道什麼是益生菌和益菌生嗎？微生物產業是未來醫療工業的一大趨勢！

作者簡介

哈諾·夏里休斯Hanno Charisius

一九七二年生，大學在德國不來梅攻讀生物學，曾於《麻省理工科技評論》（MIT Technology Review）、《連線》（Wired）雜誌擔任編輯。二〇一〇—二〇一一年獲得麻省理工學院科學記者獎學金，現居慕尼黑。

里夏爾德·費里柏Richard Friebe

一九七〇年生，大學在德國康茲坦斯和南非約翰尼斯堡攻讀生物學，持續為德國各大報紙，如法蘭克福匯報（F.A.Z）、南德日報（S.Z）等寫專欄，曾任南德日報出版社編輯，二〇一〇年獲得科學記者獎（Georg von Holtzbrinck Preis für Wissenschaftsjournalismus），現居柏林。

兩人於二〇一三年合著《基因駭客》一書，頗受好評，《細菌：我們生命的共同體》為兩人合作的第二本書，亦廣受各界讚譽，入圍二〇一五年奧地利年度科學書籍獎決選。

譯者簡介

許嫚紅

曾旅居德國數年，喜愛德文，鍾情蘊藏於這門語言之中的邏輯，以及由此建構而出的世界觀。

書籍目錄

推薦序

培育個體內的微生物生態系統花園 王永樑

一起來認識你的原核成份 陳俊堯

恍如星夜 黃生

中文版序

引言

? 不用動刀的移植手術

? 短短數年間的轉變

? 未知的國度

? 人類體內的塞倫加蒂不該喪命

? 一千億個工作伙伴

? 微生物的力量：從腸道到心理，再到腫瘤

第一部：微觀人類

1 人類超級生物體

? 細菌們，生日快樂！

? 由生物性的「我們」作主

? 每個微生物群系都是獨一無二的

? 你的微生物地址是……？

? 來自母親的第一份生日禮物

2 「我們」國度大探索

? 指甲測試

? 蚊子磁鐵

? 看看肚臍

? 讓我們談談性吧！

? 口腔裡的戰場

? 接吻、咬傷、妨礙

3 腸道同居宿舍

? 盲腸：細菌避難所

? 第二個大腦

? 秩序占了微生物一大半的生活重心

? 腸道黑盒子

4 遠古之敵，陳年老友

? 保護和利用

? 愛你的宿主像愛你自己

? 代價、愉悅、寄宿處

? 牙膏 演化策動者

5 動物農莊

? 全面進駐

? 內建的太陽能發電廠和製糖廠

? 瘤胃是一種徵兆

? 猶如布萊梅樂隊

? 新種崛起

6 微生物學簡史

? 以毒攻毒

? 全是擠奶女工的功勞

? 釀成大病的小傢伙

? 名叫柯霍的鄉下醫生

- ? 芬妮的配方與佩特里的熱賣品
- ? 好菌?
- ? 第二基因體
- 7 尋找失落的細菌
- ? 文明的細菌荒
- ? 有誤的專業
- ? 進階的細菌療法
- 8 微生物之愛
- ? 親吻無法獨力完成
- ? 把你的果汁給我
- ? 肌膚相親
- 第二部 自我對抗的人類
- 9 抗生素——一場生態浩劫
- ? 製造脂肪的藥物
- ? 對抗微生物的副作用
- ? 從老鼠到人類
- ? 腸道裡的手榴彈
- ? 純淨過了頭
- 10 如果普拿疼成了毒藥
- ? 長壽的線蟲
- ? 數位化的心臟毛病
- ? 喧鬧的迷你肝臟們——腸道解毒
- ? 暢銷藥物的毒子毒孫
- ? 分析或是放棄
- 11 兩種出生方式和人工剖腹的一二事
- ? 沒灰塵、沒細菌，不代表沒問題
- ? 通往充滿生命之途
- ? 最初的一千天：決定健康的關鍵期
- ? 衛生過了頭
- ? 權威學者（尚未提出）的建議
- ? 添加預防性抗生素的幼兒早餐
- ? 子宮之外
- 第三部：消毒的疾病
- 12 免疫系統的學校
- ? 更多的托兒所！
- ? 我們的小農場
- ? 偏執的守護者
- ? 麩質和其他無福消受的東西
- ? 生乳才是關鍵
- ? 加了太多料的蔬菜湯
- ? 什麼都有可能
- 13 肥胖症、糖尿病及微生物的影響
- ? 主導一切的史氏菌
- ? 細微的差異、巨大的功效
- ? 昨日的生存優勢、今日的威脅
- ? 糖——房間裡的大象
- ? 職業介紹所的腸道職缺
- ? 會傳染的纖瘦
- ? 改變飲食：多樣性與植物

14 肚子的感覺 — 細菌如何影響我們的心理

- ? 寄生蟲的命令
- ? 勇敢的老鼠
- ? 經優格釋放而出
- ? 灰質上的腸道免疫細胞
- ? 五十億的問題
- ? 聯合起來吧！各派學者
- ? 腦部的早期發展

15 請問總理，微生物是助長還是抑制了腫瘤？

- ? 乳桿菌的防護
- ? 克弗爾可預防癌症？
- ? 大火雖好，燎原就不妙了
- ? 鐸並非真的那麼棒
- ? 這麼做會肚子痛
- ? 多酚，具有療效的細菌飼料
- ? 搭便車或是渦輪增壓器？

16 用桿菌取代 阻斷劑？

- ? 貝克實驗室寓言
- ? 人體試驗
- ? 給素食主義者的肉
- ? 就像偶爾來塊牛排般奢侈

17 生病的腸道

- ? 腸道激躁症
- ? 飛機上的蟲
- ? 為防護牆注入強化的生命力
- ? 膽囊之愛
- ? 纖維質的角色
- ? 請開一帖安慰劑

第四部．微生物療法

18 吃優格延年益壽

- ? 與微生物相關的間接證據
- ? 錯誤和欠缺的建議
- ? 關於風險與副作用
- ? 打開膠囊、放進細菌、闔上膠囊
- ? 發酵、發酵、發財讓人呵呵笑
- ? 多吃酸菜！
- ? 個人化的細菌療法
- ? 生物性預防與未來的益生菌

19 為健康捐贈的十億

- ? 古老的方法
- ? 來自上天的禮物
- ? 徒勞無功的研究
- ? 尋找合適的捐贈者
- ? 人造糞便療法

20 細菌策略 — 為個人微生物群量身打造的醫療

- ? 一種臨床表現、多種致病因素
- ? 散彈式療法
- ? 個體基因、個體的細菌基因
- ? 理想的淘汰賽

- ? 害群之馬
- ? 腫瘤所培育的細菌
- ? 邊吃優格邊等待
- 第五部．向錢進
- 21 清洗、淨化、修復、收費
- ? 成為超級巨星的外科醫生
- ? 腸道的清洗設備與保養工具
- ? 足浴療法不為人知的伎倆
- ? 更乾淨的肝與危險的黴菌
- 22 有效微生物：拯救世界的八十種微生物
- ? 「世界上有些東西是無法解釋的」
- ? 飄浮在第七層雲端上的教室
- 23 腸道有限公司
- ? 細菌療法即經濟成長力
- ? 經基因科技改造的乳酸菌
- ? 細菌的奧祕與商業機密
- ? 把細菌當藥
- ? 進程中的高壓
- 結語
- ? 身體的核心領域
- ? 你們是誰？都在做些什麼？
- ? 生命聯盟 — 全新的人類圖像
- ? 細菌的需求
- ? 細菌與個人性格
- ? 細菌與私有領域
- ? 體內的園丁
- ? 為什麼細菌是我們的朋友？
- 專有名詞對照表

《細菌》

精彩短评

1、科学就要不断的更新，别一直停留在你的认知当中。这个世界不会围着你转，也不会等你；所以，人要不断学习，这样才不会被资讯爆炸的年代冲昏头脑，而变得没有主见，人云亦云，以讹传讹。每次看这些科普类的书籍都非常兴奋，因为科学就是不断推翻旧的知识，这就是科学的真谛。这本书更深入的去了解细菌的所有层面，资料丰富全面；立场中立；是我看过科普书籍比较全面的一本

《細菌》

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:www.tushu111.com