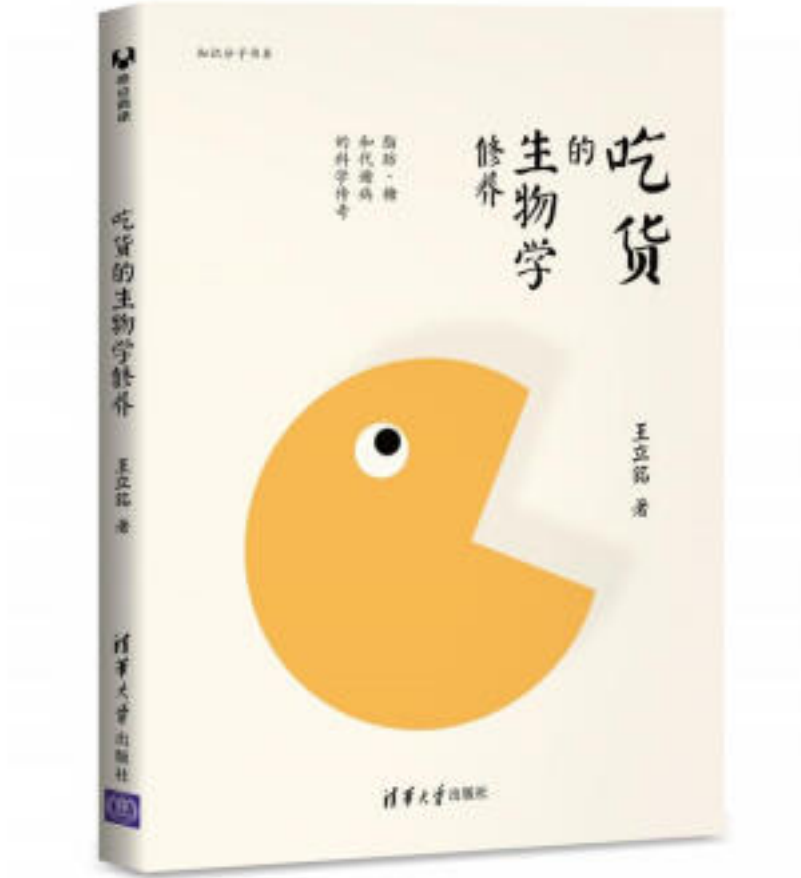


吃货的生物学修养：脂肪、糖和代谢病的科学传奇



[吃货的生物学修养：脂肪、糖和代谢病的科学传奇_下载链接1](#)

著者:王立铭 著

[吃货的生物学修养：脂肪、糖和代谢病的科学传奇_下载链接1](#)

标签

评论

书的包装更好物流很快送货上门，价格优惠，抢了券满减了几十块，京东不错。赞一个！

[illegible]

图书质量很好，儿子喜欢，京东品牌有保证，是正品，京东618大促活动给力，福音，买了好多，给力好评，物流速度快，618次日达，基本没有拖延，618满减活动再加上用券，比半折价还要低，所以囤了好多家用的，很实惠，很给力，价格变化波动快，赶上活动价大采购满减最赞，需注意的是，价格变化实在太快，有些东西不知道什么时候价格就会突然变动，像凌晨价还是便宜的，早上起来又上调价格了，所以必须抓住好时机下手，嗯，就酱。结果嘞，熬夜奋斗了好多天真是心累，就试买的我家到处都是洗衣液纸巾化妆品，都快能开超市了[亲亲]

在群书中，单单看到书名，就勾起无限的兴趣。书中运用春秋笔法和拟人故事方法来解释说明了脂肪的“前生今世”，建议正在瘦身的读者来阅读。

中国人不再为吃饱肚子发愁不过才几十年，健康的定义已经有了新的变化。肥胖症、高血脂、糖尿病，这些本来陌生的医学名词，突然进入很多中国人的日常生活里。我们不得不开始艰难地改变自己形成于饥饿年代的顽固生活习惯，强迫自己少吃主食、少吃油腻、减少糖盐摄入、控制饮食总量、增加运动。这一切显然并不容易。有时候，为了能跟上医生和各路“专家”的讨论，或者仅仅为了看得懂自己的体检报告，我们不得不艰难地尝试理解这些可能听起来很生涩的名词：身体质量指数、体脂含量、胆固醇、空腹血糖、低密度脂蛋白、二甲双胍、阿托伐他汀……这一切显然更不容易。

京东图书的年中大促是在太给力了，简直大爱，优惠力度大，图书质量不错，送货速度也快，真是棒棒哒！必须赞一个！！买了八百多的图书了！

书的内容对健康非常有帮助，而且作者是一个比较专业的生物和生命科学方面的专家，所以讲的故事和例子也非常的生动，总的来说值得购买。

在得到里定制了王立铭老师的《生命科学50讲》，这是王老师的一部据说很有趣的著作，因为在常用的电子书app里没找到电子版，就来买本实体书看看吧(●?●)?。

食物空前丰富的工业社会，反而成了引发疾病的导火索。当人们真正了解了王立铭所著的《吃货的生物学修养》一书中讲述的这段历史和历史背后的故事，也一定可以从中获得科学方面的收获。本书是以脂肪、糖和胆固醇代谢研究中重大发现为脉络，展示了这个领域的科学探索和发现、我们日常饮食健康与疾病的关系，以及我们常见的一些药物如减肥药、他汀、胰岛素等药物的前世今生。作者以讲述历史故事的形式，把常人陌生的科学史娓娓道出，引人入胜，同时，对于公众了解与能量代谢有关的疾病也很有帮助。

看了第一章，感觉是一本可以看懂的生物学。京东快也很给力。

食物空前丰富的工业社会，反而成了引发疾病的导火索。当人们真正了解了王立铭所著的《吃货的生物学修养》一书中讲述的这段历史和历史背后的故事，也一定可以从中获得科学方面的收获。本书是以脂肪、糖和胆固醇代谢研究中重大发现为脉络，展示了这个领域的科学探索和发现、我们日常饮食健康与疾病的关系，以及我们常见的一些药物如减肥药、他汀、胰岛素等药物的前世今生。作者以讲述历史故事的形式，把常人陌生的科学史娓娓道出，引人入胜，同时，对于公众了解与能量代谢有关的疾病也很有帮助。

小兔子要上床睡觉了；它紧紧抓著大兔子的长耳朵，要大兔子好好地听它说。
“猜猜我有多爱你？”小兔子问。“噢！我大概猜不出来。”大兔子笑笑地说。
“我爱你这么多。”小兔子把手臂张开，开得不能再开。
大兔子有双更长的手臂，它张开来一比，说：“可是，我爱你这么多。”
小兔子动动右耳，想：嗯，这真的很多。
“我爱你，像我举的这么高，高得不能再高。”小兔子说，双臂用力往上撑举。
“我爱你，像我举的这么高，高得不能再高。”大兔子也说。？？这真的很高，小兔子想：希望我的手臂可以像大兔子一样。
小兔子又有个好主意，它把脚顶在树干上倒立了起来。他说：“我爱你到我的脚趾头这么多。”
大兔子一把抓起小兔子的手，将它抛起来，飞得比它的头还高，说：“我爱你到你的脚趾头这么多。”
小兔子笑了起来，说：“我爱你像我跳得那么高，高得不能再高。”它跳过来又跳过去。

。大兔子笑著说：“可是，我爱你，像我跳得这么高，高得不能再高。”
他往上一跳，耳朵都碰到树枝了。
跳得真高哇——小兔子想——真希望我也可以跳得像它一样高。
小兔子大叫：“我爱你，一直到过了小路，在远远的河

买给老公减肥看看的，哼，就爱吃吃吃，大胖纸的控制不了自己的嘴迈不开腿

书很棒，支持一下，下次一定推荐给朋友

基本上都会在京东买书，趁活动叠加券，确实是便宜，速度也快

书很好，京东快递也很给力。

坐标“沈阳”，想要一起读书，欢迎关注微信公众号“阅己读书会”，我们会有定期的线下交流活动，等着你呦！

很不错的一次购物，非常满意，京东老顾客了，值得信耐

这次购物又是一样的满意，最近几天又生发出了刚消停几天的购书欲，连续几天都在下订单，又买了各种各样的书，感觉又需要好好整理一下书桌书架了，已经堆的似小山。买了王阳明的全集，既能提高文言功底，又可以领会一下先贤们思想的精髓、了解心学的神奇与瑰丽。买了上海辞书出版的古文和唐诗鉴赏，无疑是在现今社会浮躁的空气中找寻心灵的静谧，修身养性，方能齐家治国平天下。买了光学的两本著作和万物简史等等很多。总之真的是非常满意。再次感谢快递员的辛苦工作！希望和各位书友共同进步！

非常有意思，可以认清很多伪科学。

趁着活动力度大，给自己和孩子买买买书，给自己和孩子带来快乐？

非常好的书，激起继续做科研的兴趣！

本来打算看英文的，但是速度太慢了，而且很多专有名词不翻译的话不理解，所以就直接看中文了。感觉一般吧，看网上评论对这本书很是推崇，但我觉得不过尔尔。唯一新鲜的地方在于安德在战斗学院里一步步成长的情节。细腻的心理活动很好玩，有借鉴意义。安德对战队建设的方式和理解让我学到不少。不足的地方在于格局太小了，和三体那样的世界观相比实在是简陋得可以。

质量好送货速度快而且还是彩页版不过有一点脏里面没问题好评好评好评??????

吃货必看，哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

满减活动叠加神券后折扣感人，京东快递一如既往的快捷和可靠，买书一直都在京东，不二之选，就是辛苦了给力的京东小哥！

除了生物学知识，还有精彩的"生物学版《人类群星闪耀时》"，科学家的故事令人动容。

京东自营的图书就是快，72小时内送达！！！！

京东做活动买的，活动力度比较大，买了一堆，都是老师推荐的，准备慢慢看，头天下单，二天就到了，真的是快啊

很好很快，书的质量很好。就是折扣还不理想……

本书是《DK小学生百科全书》系列中的第一册，讲述人类进化、文明演变的百科知识，用DK视野帮助中国的小学生看世界，让知识的认知与国际接轨，探索世界从读懂人类自身开始。

《DK小学生百科全书人类进化》追溯到八百万年前人类zui早的灵长目近亲，以大量资料和精美图片阐述了人类从树栖动物到现代人类的进化历史，包括以化石和考古追寻人类起源、灵长目到人类的进化历程、人科演化分类、人类的迁徙、从狩猎文明到农耕到工业文明的发展五个部分。

本书由业内12位国际知名专家编写和审订而成，借助了3D工艺重建人类头骨模型，将进化的每个细节都栩栩如生地勾勒出来，给孩子们带来震撼的冲击力。

翻开本书，就如同坐上了时光穿梭机，带读者回到了遥远的故去，看我们的祖先是如何一步一步的进化、演变以及迁徙，了解人类如何从过去走到现在，直至奔向美好的未来。

纸张不错，正版书籍，希望能够多多做活动，继续采购。

很好的科普读物 要吃的健康吃的明白才是真吃货

这本书不错，原来减肥不是节食、锻炼那么简单，有饮食习惯、遗传基因等等原因，可不能胡乱减肥哦？

非常感谢京东商城给予的优质的服务，从仓储管理、物流配送等各方面都是做的非常好的。送货及时，配送员也非常的热情，有时候不方便收件的时候，也安排时间另行配送。同时京东商城在售后管理上也非常好的，以解客户忧患，排除万难。给予我们非常好的购物体验。

科学家从科学的角度写的文字，值得一看，不厚，挺薄的，感觉挺好

肥胖已经成为现代生活中的一大杀手，严重影响我们的身体健康。如何才能科学的减肥正是本书讲述的科普知识，非常值得一读！

是正版，质量很好，内容也很有用

文字很好，踏实中肯却富有想象，自信满满却没有丝毫狂放。科学的态度应该是越深入越谦卑吧。最喜欢的是书中谈到的自然科学研究思路与研究方法，很有启发，更给了我这个努力仰望却未及学术的小呆一点乐观的希望。ps，叫wangliming的人都很牛掰欸

5.2中午两点拍的，5.3上午十点到货，很快！还没看，还行吧！

正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！正版！速度快！价钱便宜！质量上乘！很是满意！

别人推荐的，买了看了前面一点，挺好看的，写得很有意思

买这本书纯粹是书名吸引的，从一个个故事中获取医学常识

将科普读物写得这么生动，真好！

经常在jd买东西，有大量包裹收，常年99+的待评论，所以在一段时间里，我总是不去评价。这样做感觉对不起那些辛苦工作的卖家客服、仓管、老板。于是我写下了一小段话，给到我感觉能拿到我五星好评的卖家表达感谢。

很好的书籍，增加自己见识

本书依据全新考试大纲编写，依照章节顺序，逐步细化考试内容。每章由考纲要求、知识解读、同步自测、答案详解四部分组成。先整体，后局部；先讲，后练。步步为营，扎实基础。同时提供有电脑软件、IOS与安卓通用的手机软件、思维导图课件、名师视频、真题视频、在线题库、千人，构建个性化、高效备考空间。

作为一枚吃货，该用科学充实一下鼓起的肚皮了。

吃是一门学问，真该好好读读，健康生活很重要。

一口气买了一大堆书，京东就是不一样，速度快，又便宜，太棒了，以后会一直在京东购物!

无产阶级。现代工业无产阶级约二百万人。中国因经济落后，故现代工业无产阶级人数不多。二百万左右的产业工人中，主要为铁路、矿山、海运、纺织、造船五种产业的工人，而其中很大一个数量是在外资产业的奴役下。工业无产阶级人数虽不多，却是中国新的生产力的代表者，是近代中国最进步的阶级，做了革命运动的领导力量。

很好，在后在排队很久了，一直想买，这次有活动，就买了，很好，很便宜，是正版

围绕肥胖，血脂，血糖三个代谢病展开，讨论了疾病成因科学家与这些疾病抗战的事情。人体是一个非常复杂的生化反应体，工作机理都类似一个负反馈系统，调节与与反馈感知共同作用达到机能的平衡。每种疾病成因基本有两点，一种是调节机制失效，一种是感受机制失效。围绕着两点原因，医药界进行药物开发。

高三父母必读护理与保健

从现实角度来看，学生的良好状态当是：在低年级专心读书，到毕业季专心找工作。“在低年级认真学习，能力提升，为将来找到称心如意的工作奠定厚实的人力资本和强劲

竞争力。本来两者不矛盾，但是现实存在的问题是，有的同学从一入学，就在外面实习，常常顾此失彼，甚或两相落空。”

书不错，物流也快。

瞬间就到啦，京东特别快，遇上200-100超级棒的！这个月都有书可以看了~开心~~~~

作为吃货 这是必修课哈哈

一直在京东当买书，到货速度快，书的质量有保证，非常满意。搞活动时买书，性价比很高，所以总是会忍不住多买几本。这套书非常好，很喜欢!

送货很快，618优惠给力，又一批书囤起来囤… 书本包装完好无缺。

书的质量还不错，一次性买了不少，还没看到这本

不错！京东商城服务好，发货快！中间有小插曲也愉快的解决了！给个赞

拿到书就先翻了一遍目录，感觉都是自己非常想要了解的内容，只是当时手里有事情，就先放着了。然后在一个深夜，夜里醒来，一时没有睡意，看了一会儿星星，想到一部小说集和这本书，于是，就一口气把两本书看完了，然后才睡觉。

非常好的一本书，推荐大家。

这个系列是趣味读物又有严谨治学的逻辑，棒棒哒

601买400-300的活动撸了16本，发货神速，包装完好。168还是京东最给力！！

不错的品质，值得推荐。

高三学生就能看懂吧。文笔还可以。

发了一堆书，快递挺快的，质量有保证，我挺喜欢的

活动价，质量不错，开阔视野。

还不错，搞活动买的，非常划算，一年里疯狂买书的时候就是京东618，超级棒。会员得到的京豆也多。物流也很快。整体感觉非常好。都是正版书。现在书都是在京东买的。特别棒。
还不错，搞活动买的，非常划算，一年里疯狂买书的时候就是京东618，超级棒。会员得到的京豆也多。物流也很快。整体感觉非常好。都是正版书。现在书都是在京东买的。特别棒。
还不错，搞活动买的，非常划算，一年里疯狂买书的时候就是京东618，超级棒。会员得到的京豆也多。物流也很快。整体感觉非常好。都是正版书。现在书都是在京东买的。特别棒。

很好，又可以看好长时间了

活动价很给力。不得不说京东物流的速度，包装完好，送货前提前打电话，非常不错。价格真心虚高，不厚的一小本标价50多…冲着这虚高的价格给4星

好书呀，里面是彩页，很喜欢哦，啦啦啦

书真的很符合我的要求啊！是正版的，纸质和印刷都不错，想买这本书很久了，一直没
时间，看到评价不错，就买了，而且比书店的便宜了很多有没有，性价比好高有没有，
店主态度好好哦~，一直帮我解答问题，以后买书就你家了，哈哈~

非常好的科普书里面提供了很多实用的知识，对于鉴别一些谣言非常有帮助，也对生活
得健康吃得健康提供了比较多的参考，是一本非常值得一读的书。

真心喜欢这本书啊，希望以后能遇到更多这样的书!

内容通俗易懂有深度，很喜欢！！！！

老师推荐的书，很不错。对工作很有帮助！买书，买小家电，数码产品都在京东！京东
的配送员，服务很好！

已读完，作为一个学药学的，感觉作者写得相当好！

生物老师强推使我很好奇。

吃货的幸福 哈哈 其实是关于健身的 营养学 内容很好 值得看

浅显易懂，涨知识

书很不错，希望越来越好~~

是正版 书质量很棒 价钱也很划算 配送什么的也很快

很好的科普书，一口气看完，有趣又不是严谨！另外，比新华书店便宜很多，值得购买。

包装完整，正版~~稀饭

那些说好的没人吐槽书的厚度吗 我是觉得有些贵 内容一般吧

图文并茂的一本好书，作为一名资深吃货怎能不入手一本呢

书不错，快递也很快，支持京东。

好好好好好好哈哈 #好#哈哈哈哈哈好好好好好好哈哈 #好#哈哈哈哈哈
哈哈哈哈哈

想要找研究思路的建议可以看看哦，值得学习值得入手值得购买，包装完好无损

图书质量很好，京东品牌有保证，是正品，京东618大促活动给力买了好多，物流速度快，618次日达，基本没有拖延，618满减活动再加上用券，比半折价还要低，所以囤了好多家用的，很实惠，很给力，价格变化波动快，赶上活动价大采购满减最赞，需要注意的是，价格变化实在太快，有些东西不知道什么时候价格就会突然变动，像凌晨价还是便宜的，早上起来又上调价格了，所以必须抓住好时机下手，嗯，就酱。结果嘞，熬夜奋斗了好多天真是心累，就试买的我家到处都是洗衣液纸巾化妆品，都快能开超市了[亲亲]

!!!!!! 好书! 好书!!!! 哈哈!!!!!!

吃货一枚，完全是被书名吸引了

凑单一起买的，还没有看呢

京东送货很快，书籍包装完好。谢谢京东。挺好的一本书，推荐购买。

挺好看的，老师推荐买的

不错哦，孩子很喜欢

这本书 真心是可以的。看过了，确认过眼神

刚翻看了一下，觉得很有意思，并不像一般的科普书籍那么枯燥。

哈哈，吃货背后的科学，一本不错的科普书

买的太多，统一评价了，这条回复代表商品没有问题，京东服务一直很好，618物流也不受影响。好评!

非常好，京东买书放心，送货快，书质量好，非常喜欢！推荐书

趁着京东搞活动买的！五星好评！一如既往的好！统一晒图！

凑单买的 无聊时看看

商品很好，很不错，看上去很好，这次购物很满意啦，很好。

吃也是需要有文化的

通俗易懂科普读物，值得拥有，赞一个……

买给老公这个大吃货的，希望他喜欢

物流快，京东搞活动的时候买书，更划算。

2016文津奖科普图书

还没看，和其他基本医学科普书一起买的，包装不错

我要争取做一个会吃饭喝酒的胖胖

还可以吧?，，，，，，，，，，

很有意思的一本书。通过动漫形式告诉我们好多道理。点个赞

很有趣的一本书，知识性趣味性兼顾

塑封还没拆，书肯定是好书

边吃边看书，实践相结合

相对浅显易懂，值得一看

不错的书书，多了解点健康的知识，没有毛病啊

书质量很好，还没来得及看，先好评了，那么便宜

塑封的全新，内容也可以

很实惠，期待能从中汲取营养！让自己瘦下来

不错不错不错不错不错不错不错不错不错

会吃，也要会玩才行。

非常喜欢的一本书，送给朋友的生日礼物，很满意

一本神奇的书买回来看看是正版服务很好

书不错，包装精美，价格优惠，应该是正品

好的，是一本好书，值得购买，再见

挺喜欢这种风格的科普类书籍

还没看，翻看了一下纸张，挺好的。

好书，吃货们一定要看。

京东送货就是快，160?60还有券还是可以的。整体做到了京东价的4折多

这个书很好，就是有点难以理解?

书质量很好、内容也丰富，发货比较快

.....

，看着很累，更像是一本地摊书的设计，纸张手感也不好。

这本书对于专业的人来看也是很不错，把高深的知识写的深入浅出，很不错

618半价+优惠券确实很实惠，书不错，有空慢慢看，期待许久。

好多地方都在推这本书，遂入之！

知识分子书籍纸质不错可以选择

书很好，品相不错，快递服务也很优秀，这是一本好书，谢谢京东了

高三父母必读护理与保健高一

好书，闲下来看看

好书，活动给力！！！！

翻了几页确实不错

非常好的一本书，会再买继续买，不错不错

全部都到了，昨天加今天把余华的第七天看完了，有点意犹未尽的感觉，京东这个活动特别好特别好，希望京东经常做一下类似的活动，丰富大家的精神生活

这本书虽然看起来比较薄，也比较小，但是里面的知识确非常的丰富，推荐给大家。

东西收到了~，是正品，质量很好，价格也不错，包装很好~，运送过来也没有磕碰，配送速度给力，京东快递小哥服务态度好，下次还来买，推荐给大家哦~~

看了电子版之后决定买一本实体收藏
喜欢这种直入主题无废话语言风趣幽默的科普书籍

活动买的很不错，划算，买书就选京东，等待618

很好的一本科普读物，对了解心血管肥胖糖尿病有了一个系统的认识。感觉和2015年的一本中国好书《癌症真相》挺相似的。

发货很快，书质量很好，内容还没开始看，先好评

冈萨雷斯螺母哦孔明哦婆婆松肉母女诺羽欲语泪先流

京东图书搞活动，认真挑选了很多书，虽然还没有读但是都是质量很好的书内容也好！好划算200买了很多高品质书！累计减了300！！！

喜欢看书，又没空去逛书店，有了京东实在是太好了。点点鼠标，想看的很快就送到家，爽啊。

包装完好，物流很快，纸张不错，内容还没看！

给吃货看的科学史，值得拥有，关于生物物质的研究史并不多，这本书来的及时

好书，活动时买的，还实惠，快递也给力！

书写得有趣，起初以为是养生保健的图书，没想到是真正的科学书。

慕名而来，包装完好，非常满意的购物。

看着不错。书不错，包装也很好，希望以后多些优惠。

不错啊，京东618活动购入，性价比很高~在京东买东西就是踏实就是速度快~中国未来的希望京东贡献太大了，京东让百姓爱上读书~

京东书城非常好，书很便宜，折扣很大，还有满减活动，包装很好，送货速度很快，现在买任何东西都在京东买。

这本书挺好的，孩子生在，阅读中，挺喜欢的。搞活动实在是太给力啦！希望，店家都搞此类活动。孩子看些书还是挺好。

物流快，但没怎么看，正品书。

jd送货一直比较快继续加油保持

谢谢京东快递小哥周到热情的服务

偶然看到微信里介绍，果断出手，值得一读！！??

科普最靠谱书籍，没有之一

可以不错的，以后活动买的，觉得不错

哈哈健健康康快快快快妈妈你不会哈哈你们

这个书....还是很好看的，很精美

看名字就喜欢。我喜欢趣味科普著作。

产品不错，很好的，性价比高

十分满意的科普书，真是太棒了。

书按期收到，质量没问题。

这本书还没看，等过后来追评。

不错的书，值得购买和阅读。

好复杂的书，吃货看一看

囤货囤货，孩子还小，但已经在京东囤了不少书！多读书总比多看电视好，而且买书比买玩具划算！

孩子很喜欢，活动价凑一起折扣很低

包装有点软，没货不通知，拖了一个星期才发货

作为一个吃货了解各类食物的营养价值越来越重要 不能只顾一时口舌之快
更要注意营养均衡

是正品，印刷清晰！！！！

此用户未填写评价内容

是正品，送货速度快，很满意。

包装完整，货挺好的，速度挺快的，第二天就送到了，赞一个

还不错，这一本书我已经期待很久了，说到以后我就迫不及待看了一下，非常棒，不错

[吃货的生物学修养：脂肪、糖和代谢病的科学传奇_下载链接1](#)

书评

[吃货的生物学修养：脂肪、糖和代谢病的科学传奇_下载链接1](#)