

あなたの体が細菌とベストな付き合いをするために 自分の体をしっかり知りたい人のためのガイド

とことん解説 人体と健康

ビジュアル 細菌のはたらきパーフェクトガイド

発行：日経ナショナル ジオグラフィック社

日経ナショナル ジオグラフィック社（代表：滝山晋、所在地：東京都港区虎ノ門）は、『とことん解説 人体と健康 ビジュアル 細菌のはたらきパーフェクトガイド』を6月21日（月）に発行します。本書は、人体の細菌について、どのように健康やQOLを左右する重要な存在なのか、これまでになく丁寧に詳しく解説したビジュアル書籍です。

第1章では細菌の種類やはたらきといった基本を解説。第2章では細菌が多くいる体の部位ごとに、代表的な細菌を取り上げ、菌が過剰な場合と抑制された場合などの問題を詳しく紹介。第3章では最近の研究でわかってきた細菌が及ぼす多様な影響、これからの抗生物質やワクチンの利用などにも言及します。

楽しく分かりやすいフルカラーの図とともに、丁寧に解説。細菌が関係する免疫、アレルギー、消化、各部位の健康、各種の感染症、気分、睡眠といったことから、ワクチン、薬剤耐性菌の問題、発酵食品などの細菌利用まで。マイクロバイーム（細菌叢）のバランスや個性を理解し、健やかに保つコツがわかります。



とことん解説 人体と健康

ビジュアル 細菌のはたらきパーフェクトガイド

2021年6月21日発行／定価 2,750円（10%税込）／192ページ／ソフトカバー／228mm×184mm／キャサリン・ウィットロック、ニコラ・テンブル 著／鈴木智順 日本語監修／梅田智世 訳／日経ナショナル ジオグラフィック社

【目次】

序文

- 第1章 私たちの体で細菌がしていること
- 第2章 ヒトマイクロバイームの分布地図
皮膚／眼／口／肺／消化管／泌尿生殖器系／妊娠と出産
- 第3章 健康に生きるために
用語集、索引、図版クレジット

ナシオジオストア <https://nationalgeographic.jp/atcl/product/21/051000014/>

Amazon <https://www.amazon.co.jp/gp/product/4863135017/>

- 体について基礎からしっかりと理解したい人必見！ 人体＋健康実用書の決定版！
- 細菌の種類やはたらき、人体への影響を基礎から詳しく解説。
- 健康な生活の基礎知識として、知っておきたいことがまとまったガイド。
- 最新の研究や知見に基づき、私たちの生活に関係する、今後の産業や医学での細菌活用についても言及。

【報道関係からの問合せ先】 日経ナショナル ジオグラフィック社 広報事務局
株式会社リリオ 担当：仁地（にんち）TEL：03-6438-9195 090-2226-6459 ninchi.mikito@lirio.biz

ビジュアル 細菌のはたらきパーフェクトガイド

6月21日発行 / 日経ナショナル ジオグラフィック社

感染のプロセス

菌玉は体内のすみやすい場所を見つける必要があるが、それは菌玉菌にとっても同じだ。そうしなければ、生機も増殖もできない。でも、菌玉菌と違い、体に入り込むとする菌玉菌は、体内にいるすべての菌玉菌だけでなく、あなたの免疫系とも闘わなくてはならない。たいへん失敗に終わるが、中には防御線をつまくらけ抜ける細菌もある。

感染のスタート

菌玉菌は、くしゃみや咳から入るし、汚れた手で口や目、鼻、傷口から入る。菌玉菌は皮膚の表面から入ることも多いが、皮膚のバリア機能によって、ほとんどの菌玉菌は侵入できない。しかし、皮膚に傷があると、菌玉菌は容易に侵入できる。また、動物や人間との接触によって、菌玉菌は皮膚から侵入することも多い。菌玉菌は、皮膚のバリア機能を突破して、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。

宿主を襲撃する

菌玉菌は、宿主の体内に入り込むと、宿主の免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、宿主の免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、宿主の免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。



菌玉菌は、皮膚のバリア機能を突破して、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。

11 菌玉菌は、皮膚のバリア機能を突破して、体内に入り込む。

一方、菌玉菌は、体内のすみやすい場所を見つける必要があるが、それは菌玉菌にとっても同じだ。そうしなければ、生機も増殖もできない。でも、菌玉菌と違い、体に入り込むとする菌玉菌は、体内にいるすべての菌玉菌だけでなく、あなたの免疫系とも闘わなくてはならない。たいへん失敗に終わるが、中には防御線をつまくらけ抜ける細菌もある。

菌玉菌の襲撃

菌玉菌は、宿主の体内に入り込むと、宿主の免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、宿主の免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。

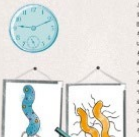
菌玉菌は、宿主の体内に入り込むと、宿主の免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、宿主の免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。菌玉菌は、宿主の免疫系と闘って、体内に入り込む。体内に入り込むと、免疫系と闘わなくてはならない。



くしゃみや咳で4万個の菌玉菌が飛び出すことがある。そのすべてが細菌が生まれてくる。

免疫系を教育する

菌玉菌のデータベースがあれば、免疫系はそれを使って予備軍を動かすこともできる。しかし、そんなものは存在しない。体は、侵入者の正体や動きに関する予備知識がない。見知らぬ相手と握手を強めておく必要がある。だからこそ、菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。



菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

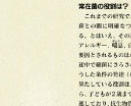
免疫系を教育する

菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

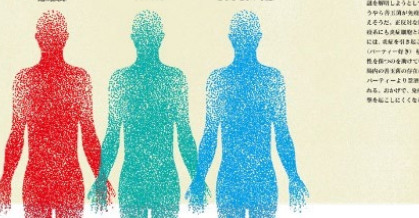
12 菌玉菌は、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

アレルギーと自己免疫疾患

体内に侵入した菌玉菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。ピーナツのタンパク質など、ほとんどの人にとっては無害なタンパク質も免疫系が攻撃する。アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。



アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。



13 アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。

ワクチン

抗体を産生させるワクチンとして、菌玉菌と闘ったときに、すでに免疫系が反応している。菌玉菌と闘ったときに、すでに免疫系が反応している。菌玉菌と闘ったときに、すでに免疫系が反応している。



ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

ワクチン

ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

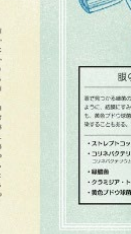
14 ワクチンは、免疫系に教育の役割を担う必要がある。

細菌は眼のことで、どんなふうにも暮らしているのか

2008年に発見されたヒトマイコプラズマ・プロジェクトでは、種は対称にならなかつた。菌玉菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。ピーナツのタンパク質など、ほとんどの人にとっては無害なタンパク質も免疫系が攻撃する。アレルギーと自己免疫疾患は、免疫系が自分の細胞を攻撃することによって起こる。



細菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。細菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。細菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。



15 細菌は、免疫系から「悪者」と認識され、不当な攻撃を受けることがある。

【報道関係からの問合せ先】 日経ナショナル ジオグラフィック社 広報事務局
株式会社リリオ 担当：仁地（にんち）TEL：03-6438-9195 090-2226-6459 ninchi.mikito@lirio.biz
日経ナショナル ジオグラフィック社 〒105-8308 東京都港区虎ノ門4-3-12