

دنیای شگفت‌انگیز مغز

آنچه باید دربارهٔ مغز خود بدانید

ماتیو مک‌دانلد

مترجم: هدیه تقوی

نشر البرز

تهران - ۱۳۹۰

سرشناسه : مک داندل، ماتیو. Mathew, MacDonald
عنوان و نام پدیدآور : دنیای شگفت‌انگیز مغز / ماتیو مک‌داندل؛ مترجم هدیه تقوی.
مشخصات نشر : تهران: البرز، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری : ۴۰۰ ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۴۴۲-۷۸۲-۴
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : عنوان اصلی: Your brain: the missing manual, c 2008
موضوع : عجایب مغز
شناسه افزوده : تقوی، هدیه، ۱۳۴۷ - مترجم
رده بندی کنگره : ۳۷۶ QP / م ۶۸ د ۹ / ۱۳۹۰
رده بندی دیویی: ۸۱/۶۱۲
شماره کتابشناسی ملی : ۰۵۱۴۴۳۲

این کتاب برگردانی است از:

YOUR BRAIN: THE MISSING MANUAL

by

MacDonald, Mathew

انتشارات البرز

- ویراستار: اصغر اندرودی
- امور فنی: مهرآور فیروز
- حروفچین: مریم یوسفی
- طراح جلد: سروش رستگار
- چاپ اول: پاییز ۱۳۹۰
- شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه
- لیتوگرافی: صحیفه نور
- چاپ: آسمان
- صحافی: گسترش
- بها: ۷۹۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸ - ۹۶۴ - ۴۴۲ - ۷۸۲ - ۴

ISBN 978 - 964 - 442 - 782 - 4

☞ مرکز توزیع: پخش البرز - تلفن: ۲۲۸۹۳۹۹۱ - ۲۲۸۷۳۱۳۸

☞ WWW.ALBORZPUBLICATION.COM

☞ INFO@ALBORZPUBLICATION.COM

☞ نشر البرز: خیابان دکتر بهشتی، بین چهارراه اندیشه و سهروردی، ساختمان شماره ۶۸.

تلفن و نمابر ۸۸۴۱۷۴۴۶ - ۸۸۴۰۵۱۸۲ صندوق پستی: ۱۵۸۱ - ۱۶۷۶۵

حق چاپ برای نشر البرز محفوظ است.

فهرست

فصل ۱	اولین نگاه به مغز	۱
فصل ۲	غذای مغز: تغذیه سالم	۳۲
فصل ۳	خواب	۶۱
فصل ۴	برداشت‌ها	۹۹
فصل ۵	حافظه	۱۴۴
فصل ۶	احساسات	۱۹۴
فصل ۷	منطق	۲۳۲
فصل ۸	شخصیت شما	۲۷۷
فصل ۹	نبرد دو جنس	۳۰۸
فصل ۱۰	مغز در حال توسعه	۳۴۹