**新 书 推 荐**

**中文书名：《免疫系统再思考：心理与社会因素如何增强健康》**

**英文书名：The Immune System Reconsidered: HOW PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL FACTORS STRENGTHEN HEALTH**

**德文书名：Immunsystem neu gedacht**

**作 者：Christian Schubert**

**出 版 社：Arkana**

**代理公司：Penguin Random House Verlagsgruppe/ANA/ Winney**

**页 数：224页**

**出版时间：2025年10月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：医学保健/大众社科**

**\*\*适合现代高压人群的“免疫觉醒”之书**

**内容简介：**

从生物–心理–社会学视角审视免疫系统，实现整体健康

打破传统对免疫系统的单一理解——心理状态和社会关系同样深刻影响健康。

我们的免疫系统保护我们免受病毒和细菌侵害，治愈伤口，并抵御癌症和自身免疫疾病。但常被忽视的是，它远不止是一个生物系统，心理与社会因素同样起着关键作用。

心理神经免疫学家克里斯蒂安·舒伯特提出了一种整体免疫系统观：这一系统不仅对健康至关重要，也影响着社会共存与互动。他阐释了人们如何依靠天然且整体的免疫系统，在日常生活中更明智、可持续且健康地生活。本书不仅指导读者如何增强免疫力、预防疾病，更探索健康如何影响人际关系与社会互动，连接个体与整体福祉。

这种革命性的视角为个人和社会的健康生活提供了新方向：

• 免疫系统比人们认知的更全面复杂——这是对医学领域亟需彻底反思的警钟

• 将抽象的医学免疫概念引入日常生活——提供可持续增强健康的实用建议

**作者简介：**

**克里斯蒂安·舒伯特（Christian Schubert）**，心理神经免疫学家，现任因斯布鲁克医科大学医学心理学系教授。2005至2021年，他担任德国心身医学学院（DKPM）心理神经免疫学工作组负责人；2013至2020年，任图勒·冯·于克斯屈尔整合医学学院（AIM）董事会成员。其研究聚焦于心身医学的复杂性分析方法。他设计并验证的“整合性个案研究法”为理解日常现实提供新视角，开辟了认识疾病与疗愈的新路径。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：Rights@nurnberg.com.cn

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/%22%20%5Ct%20%22_blank)

书目下载：[http://www.nurnberg.com.cn/booklist\_zh/list.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

书讯浏览：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

视频推荐：[http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx%22%20%5Ct%20%22_blank)

豆瓣小站：[http://site.douban.com/110577/](http://site.douban.com/110577/%22%20%5Ct%20%22_blank)

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6" \t "_blank)

微信订阅号：ANABJ2002

