

<<失眠与调治>>

图书基本信息

书名：<<失眠与调治>>

13位ISBN编号：9787507737899

10位ISBN编号：7507737896

出版时间：2011-5

出版时间：学苑出版社

作者：王雄

页数：408

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：<http://www.tushu007.com>

## <<失眠与调治>>

### 内容概要

《失眠与调治》作者王雄秉承家传，查阅了近十年来有关睡眠疾病中西医治疗的文献和专著，结合自己数十年调治失眠的体会，从两医理论角度，介绍了西药治疗睡眠的相关理论与药物。并立足祖国传统医学理论，引经据典；阐述中医的睡眠理论与脏腑、经络、气血的关系，探求失眠病症的病因病机，分析中医治疗失眠的优势，综述辨证分型、治疗原则与代表方剂，呈现中医药、中西医结合治疗失眠疾患的最新进展和最新成果。

《失眠与调治》内容详实，通俗易懂。

对临床、科研及教学工作者具有很强的实用性。

同时能指导不同职业、不同年龄和不同环境下的人群进行睡眠保健，对广大失眠患者亦有很好的参考价值。

## <<失眠与调治>>

### 作者简介

王雄，男，1954年7月生，主任医师、教授、硕士研究生导师，深圳市第五(罗湖区)人民医院业务院长。  
深圳市首届名中医，深圳市中华中医药学会理事，深圳市中西医结合会常务理事，深圳市中医心血管专业委员会副主任委员。

出身于中医世家，毕业于江西中医学院，后拜中国人民解放军总医院(301医院)赵冠英教授为师。  
历任江西省南昌市中医院业务院长、南昌市中西医结合医院业务院长、南昌市中医高级职称评审小组成员，1998年调至深圳工作。

从事中医工作40多年，对内科常见、多发病有较深地造诣，特别是心脑血管疾病、慢性肝病、脂肪肝、糖尿病、肾病等有较深入的研究。

擅长妇科常见病不孕不育、月经不调、痛经等的治疗。

发表专业学术论文40余篇，出版(主编)专著2部。

先后获得江西省、市级科研成果奖多项，荣获江两省有突出贡献专家的称号。

2008年被授予广东省五一劳动勋章。

## <<失眠与调治>>

### 书籍目录

#### 第一章 概论

##### 第一节 睡眠、觉醒与失眠

###### 一、睡眠

###### 二、觉醒

###### 三、失眠症

##### 第二节 睡眠的生理

###### 一、睡眠的发生

###### 二、睡眠的过程

###### 三、睡眠的时间

###### 四、睡眠的作用

##### 第三节 失眠症的流行病学

##### 第四节 失眠症的病因学

###### 一、外界因素

###### 二、内源性因素

###### 三、心理生理性因素

###### 四、活性物质的影响

###### 五、精神疾病

###### 六、睡眠-觉醒节律紊乱

##### 第五节 失眠症的临床表现

###### 一、失眠症的分类

###### 二、失眠症的临床特点

##### 第六节 失眠的危害

#### 第二章 中医对失眠的认识

##### 第一节 中医的睡眠理论及失眠机制

###### 一、阴阳学说

###### 二、营卫学说

###### 三、神主睡眠学说

###### 四、魂魄学说

###### 五、脑髓学说

##### 第二节 睡眠与脏腑、经络、气血的关系

###### 一、睡眠与五脏的关系

###### 二、睡眠与六腑的关系

###### 三、睡眠与奇恒之府的关系

###### 四、睡眠与经络的关系

###### 五、睡眠与气血的关系

##### 第三节 失眠症的病因病机

###### 一、失眠患者因于虚的常见病因病机

###### 二、失眠患者因于实的常见病因病机

##### 第四节 中医辨证分型与治疗

###### 一、中医调治失眠的优势

###### 二、临床对失眠症辨证宜遵循的三个要点

###### 三、治疗三要点

###### 四、分型施治

#### 第三章 失眠症的现代治疗研究

##### 第一节 失眠证的药物治疗

## <<失眠与调治>>

- 一、单味中药
- 二、中医治疗失眠常用的方剂
- 三、单方
- 四、验方
- 五、治疗失眠常用的中成药
- 第二节 多角度临床治疗
  - 一、从脏腑、气血、阴阳论治失眠
- 第二节 顽固性失眠及特殊人群失眠的辨治
  - 一、顽固性失眠的辨治
  - 二、老年性失眠的辨治
  - 三、女性失眠的辨治
  - 四、运动性失眠的治疗
- 第三节 失眠的针灸治疗
  - 一、针灸治疗失眠的作用机理
  - 二、针刺疗法
  - 三、头针、颈针、眼针与腕踝针治疗
  - 四、耳针疗法
  - 五、耳压疗法
  - 六、穴位磁疗与磁针
  - 七、水针治疗
  - 八、电针、皮肤针与蜂针治疗
  - 九、埋线与埋针治疗
  - 十、艾灸疗法
- 第四节 按摩治疗与气功疗法
  - 一、按摩治疗
  - 二、气功治疗
- 第五节 拔罐疗法
  - 一、拔罐疗法治疗失眠的注意事项
  - 二、拔罐疗法治疗失眠常用的拔罐处方
- 第六节 刮痧疗法
  - 一、刮痧常用部位
  - 二、煎液刮脊法
- 第七节 心理疗法
  - 一、失眠的认知疗法
  - 二、失眠的行为疗法
  - 三、精神分析治疗
  - 四、森田疗法
  - 五、生物反馈治疗
  - 六、疏导疗法
  - 七、暗示疗法
- 第八节 失眠的其他疗法
  - 一、外治法
  - 二、饮食疗法
  - 三、运动疗法
  - 四、音乐疗法
  - 五、书画疗法
  - 六、光照疗法

## <<失眠与调治>>

- 七、 洞穴疗法
- 八、 哈欠疗法
- 九、 少数民族医疗法
- 第四章 睡眠养生
  - 第一节 概述
  - 第二节 四季睡眠养生
    - 一、 春季睡眠养生
    - 二、 夏季睡眠养生
    - 三、 秋季睡眠养生
    - 四、 冬季睡眠养生
  - 第三节 睡眠与方位
    - 一、 寢卧东西向学说
    - 二、 寢卧恒东学说
    - 三、 按四季确定卧位方向学说
  - 第四节 睡眠环境
    - 一、 睡眠与光线
    - 二、 睡眠与温度
    - 三、 睡眠与睡姿
    - 四、 睡眠与睡眠用具
    - 五、 睡眠与时间
  - 第六节 培养良好的睡眠习惯
  - 第七节 睡眠前的准备
- 第五章 失眠的西药治疗
  - 一、 巴比妥类药
  - 二、 苯二氮革类药物
  - 三、 第三代催眠药
  - 四、 其他催眠药物
  - 五、 关于褪黑素(melatonin)的作用
  - 六、 抗抑郁药
  - 七、 抗精神障碍药物
- 附一 中医典籍医论精选
- 附二 参考文献

<<失眠与调治>>

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:<http://www.tushu007.com>