

<<失眠症临床检查与最佳治疗方案>>

图书基本信息

书名：<<失眠症临床检查与最佳治疗方案>>

13位ISBN编号：9787530830284

10位ISBN编号：7530830287

出版时间：2001年

出版时间：天津科学技术出版社

作者：刘平

页数：130

字数：85000

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>

## <<失眠症临床检查与最佳治疗方案>>

### 内容概要

失眠是一类很常见的情况，“不觅仙方，觅睡方”。

虽然上个世纪五、六十年代有了安。

眠药，不能入睡的问题好像能解决，但久服却易对这类药物产生依赖，看样子解决失眠的问题也是件并非容易的事情。

这促使笔者来编一本失眠方面的书。

就这一问题，作者一方面不断地从临床角度体会失眠这一常见症状，另一方面参考了有关资料，用尽可能浅显易懂的文字，编成本书。

全书共分四章，全文通俗易懂。

第一章简明扼要地介绍了一些睡眠知识，第二章介绍了有关失眠、失眠症的概念，失眠症的诊断与检测。

面对大众读者尤其是那些失眠者，介绍一些睡眠、失眠、失眠症的知识。

第三章介绍了失眠症的最佳治疗方案，帮助失眠者“觅睡方”。

第四章介绍了失眠症的预防保健措施。

“睡不着觉是件很痛苦的事情”，有失眠经历的人都有这样的体会。

许多综合科医生因缺乏精神药物及心理方面的知识，感到解决此类问题较为棘手。

许多失眠者没有得到正确的指导与治疗。

本书的出版对于失眠者是一个福音，对于综合科医生则是一本难得的好书。

## <<失眠症临床检查与最佳治疗方案>>

### 书籍目录

第一章 睡眠概述 第一节 睡眠的生理过程 第二节 影响睡眠的一些因素 第三节 睡眠时间与睡眠质量标准 第四节 小常识第二章 失眠症的概念 第一节 失眠与失眠症的区别 第二节 中医对失眠的认识 第三节 失眠症的临床表现 第四节 失眠症的临床检查 第五节 失眠症的诊断与鉴别诊断 第六节 小常识第三章 失眠症的最佳治疗方案 第一节 心理行为治疗方案 第二节 巧用安眠药 第三节 中医药治疗方案 第四节 其他疗法第四章 失眠症的预防保健措施 第一节 有利于睡眠的生活方式 第二节 睡眠规律化 第三节 培养良好的睡眠习惯主要参考文献

<<失眠症临床检查与最佳治疗方案>>

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>