

<<失眠100个怎么办>>

图书基本信息

书名：<<失眠100个怎么办>>

13位ISBN编号：9787810720175

10位ISBN编号：7810720171

出版时间：1999-01

出版时间：北京医科大学/中国协和医科大学 联合出版社

作者：李舜伟

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100个怎么办>>

### 内容概要

本书用通俗、生动的语言，深入浅出地回答了：什么是正常睡眠、怎样保证良好的睡眠、睡眠障碍有哪些种类、什么是失眠、哪些原因可引起失眠、哪些人容易失眠、失眠与哪些疾病有关、治疗失眠的药物有哪些、安眠药有哪些类型、服用安眠药应注意什么，共10类100道大众渴望了解的问题。

## <<失眠100个怎么办>>

### 作者简介

李舜伟1936年生，浙江宁波人，1958年毕业于上海第一医学院医疗系，后在北京协和医院神经科工作，1991年至1997年任神经科主任，现为教授、博士生导师。

曾赴美国进修三年，主要研究领域为神经心理学和神经药理学。

已发表论文87篇，主编书籍5本，参加编写书籍12本，翻译两本。

## &lt;&lt;失眠100个怎么办&gt;&gt;

## 书籍目录

- 1.为什么说睡眠是生命的需要？
- 2.我们怎么会进入睡眠的？
- 3.怎样研究睡眠？
- 4.正常的睡眠是什么样的？
- 5.NREM有哪些特点？
- 6.REM有哪些特点？
- 7.人能不能不睡觉？
- 8.不同年龄的人对睡眠的要求一样吗？
- 9.做梦——一个引人入胜却又充满玄机的话题
- 10.睡眠疾病知多少？
- 11.失眠指什么？
- 12.饮食和失眠有关系吗？
- 13.酒精和睡眠障碍有什么关系？
- 14.时差如何引起失眠？
- 15.睡眠环境变化会引起失眠吗？
- 16.“三班倒”缘何引起失眠？
- 17.学生会不会失眠？
- 18.婚恋和失眠有什么关系？
- 19.什么叫做焦虑性失眠？
- 20.抑郁时睡眠障碍有哪些特点？
- 21.头痛如何影响睡眠？
- 22.关节痛为什么也能引起失眠？
- 23.药物为什么会引起失眠？
- 24.“摇头丸”是什么药物？
- 25.激素会不会引起失眠？
- 26.脑血管病会引起睡眠障碍吗？
- 27.帕金森病常会有睡眠障碍吗？
- 28.痴呆病人的睡眠障碍有哪些特点？
- 29.呼吸肌肉麻痹病人为什么会发生睡眠障碍？
- 30.如何防止睡眠中癫痫发作？
- 31.艾滋病病人有睡眠障碍吗？
- 32.慢性肝病睡眠障碍的特点是什么？
- 33.肾功能衰竭时会失眠吗？
- 34.癌症病人为何产生失眠？
- 35.失眠为什么总是和更年期反应相伴而行？
- 36.甲状腺功能亢进和失眠有什么关系？
- 37.甲状腺功能减退会引起失眠吗？
- 38.垂体功能亢进和失眠有什么关系？
- 39.垂体功能低下会造成失眠吗？
- 40.肾上腺皮质功能亢进和失眠有什么关系？
- 41.肾上腺皮质功能减退会引起失眠吗？
- 42.糖尿病会不会失眠？
- 43.溃疡病也会影响睡眠吗？
- 44.什么是哮喘引起的失眠？
- 45.高血压会使人失眠吗？
- 46.精神分裂症和失眠有没有关系？

<<失眠100个怎么办>>

- 47.情感性精神病是否总有睡眠障碍？
  - 48.反应性精神病会失眠吗？
  - 49.抽动秽语综合征与失眠有关系吗？
  - 50.儿童睡眠不好的原因是什么？
  - 51.梦游有哪些特点？
  - 52.夜惊和梦游一样吗？
  - 53.梦魇是狐狸精作祟吗？
  - 54.什么是睡眠呼吸暂停综合征？
  - 55.打呼噜有什么危害？
  - 56.睡眠呼吸暂停综合征会造成记忆力减退吗？
  - 57.有人整天渴睡是什么问题？
  - 58.为什么有人在大笑大哭时就摔倒？
  - 59.你在睡眠中腿老动吗？
  - 60.入睡前腿总感到不舒服是什么病？
- .....

<<失眠100个怎么办>>

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>