第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, tushu007.com

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。

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。

<<失眠100个怎么办>>

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？

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？
……

第一图书网, tushu007.com

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