

<<失眠>>

图书基本信息

书名：<<失眠>>

13位ISBN编号：9787537533423

10位ISBN编号：7537533423

出版时间：2006-4

出版时间：河北科学技术出版社

作者：苏便苓

页数：116

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>>

### 内容概要

《失眠》的特点主要表现在以下几个方面：1 通俗性：采用大众语言讲解医学术语，患者及家属能看得懂，并以生活“比喻”帮助了解；2 实用性：学以致用，用得上。

一人读书，全家受益，成为“家庭小医生”、左邻右舍的“健康小顾问”；3 科学性：不仅知其然，还要了解其所以然。

通过临床病症的表现，讲基础理论，理论与实际结合。

贯彻“一分为二”的两点论讲解、诊断和治疗，避免绝对化不会使群众无所适从；4 权威性：这套丛书的作者，都是具有丰富的经验的临床医生，其中多数是某一专科的专家，并介绍了他们所在单位、姓名、联系方式、出诊时间等，便于联系，又成了就医指南。

这套丛书包括多种病，由于每种病的性质、表现的多样性和特殊性，故写法有所不同，每本书的体例不一；又由于作者较多，写作风格各异。

这既是各本书的特点，如果从整套书的体例来讲不一致也是缺点。

在编写过程中，还是以方便读者阅读为出发点，体例服从不同病特殊性的写法。

## <<失眠>>

### 书籍目录

睡眠的一般知识睡眠的概念睡眠的作用睡眠的生理过程正常人的睡眠需要6-10小时正常的睡眠需要的条件睡眠的质量标准睡眠和性格的关系睡眠环境和季节的关系人随着年龄的不同睡眠时间也不同午睡的作用怎样才能睡好午觉睡眠中为什么会做梦做梦对睡眠的影响说梦话对睡眠的影响睡眠中做噩梦是怎么回事睡眠中咬牙是怎么回事睡眠中打鼾是否正常失眠的概念及影响因素什么叫失眠怎样判断是否患者有失眠症失眠不一定是失眠症假性失眠早醒也是失眠失眠的分型失眠伴随的症状老年人失眠的原因老年人失眠的特点人的性格与失眠症脑力劳动者容易失眠失眠与疾病的关系更年期失眠饮酒引起失眠晚饭饮餐引起失眠夜晚喝茶及咖啡引起失眠.....失眠的治疗失眠患者的日常保健和护理专家介绍参考文献

<<失眠>>

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>