

<<打鼾>>

图书基本信息

书名：<<打鼾>>

13位ISBN编号：9787565903793

10位ISBN编号：7565903795

出版时间：2012-6

出版单位：北京大学医学出版社有限公司

作者：何权瀛

页数：97

字数：116000

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>

<<打鼾>>

内容概要

睡眠科学作为一门新兴交叉学科在全球范围内迅速发展。

睡眠障碍与健康生活方式和重大疾病防治密切相关。

大家对打鼾都不陌生，但是对于打鼾尤其是中重度打鼾的危害可能就不太了解了。

何权瀛主编的《打鼾--夜间的神秘杀手》由多位长期从事睡眠科学工作的专家联袂编写，通过真实生动的案例、全面细致的分析向公众介绍了打鼾这个与人民健康息息相关的睡眠呼吸障碍性疾病。

作者简介

何权赢，北京大学人民医院呼吸内科主任，主任医师，博士生导师，中华医学会呼吸病分会常委，长期致力于慢性阻塞性肺病、支气管哮喘、睡眠呼吸暂停综合征的预防、长期管理治疗、病因、流行病学方面的研究。

主编专著6本，参编专著20本，发表文章350篇，曾获国家科技进步奖和中华医学会科技奖。

<<打鼾>>

书籍目录

第一篇 夜半鼾声，谁之过

打鼾是怎么发生的？

为什么人总在睡觉时打鼾？

打鼾就是睡得香吗？

打鼾是病吗？

什么样的鼾声需要警惕？

什么是阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征（OSAHS）？

OSAHS会有哪些表现呢？

OSAHS的病因有哪些？

哪些人群易患OSAHS？

OSAHS的危害有哪些？

第二篇 潜伏的健康杀手

OSAHS与继发性高血压

OSAHS与夜间心绞痛

OSAHS与心律失常

OSAHS与心力衰竭

OSAHS与肺源性心脏病

OSAHS与糖尿病和胰岛素抵抗

OSAHS与脑卒中

OSAHS与妊娠高血压

OSAHS与癫痫

OSAHS与痴呆

OSAHS与儿童智力发育

OSAHS与肾功能损害

OSAHS与性功能障碍

OSAHS与心理损害及性格改变

OSAHS与交通事故

OSAHS与慢性咳嗽

OSAHS与夜尿增多

OSAHS与尿床

OSAHS与红细胞增多症

OSAHS与肢端肥大症

第三篇 高枕无忧，鼾声不再来

如何诊断OSAHS？

<<打鼾>>

什么是多导睡眠图（PSG）监测？

OSAHS的一般性治疗有哪些？

什么是持续气道正压通气（CPAP）？

什么是口腔矫治器治疗？

OSAHS的外科手术治疗方法有哪些？

章节摘录

老黄今年五十多岁了，体型肥胖，又能吃能睡，加上事业有成，很多人觉得他是一个有福之人。老黄自己也甚感欣慰，直到有一天，有朋友提醒他去医院检查一下身体，结果发现尿糖阳性，血糖升高。

再一检查，血压高，血脂也高。

用一句通俗的话，“不该高的都高了”。

这一下，老黄慌了神，天天往医院跑。

这不，又来到了睡眠呼吸障碍专家门诊：“大夫，他们说我又胖又有糖尿病，加上平时睡眠时好打鼾，你帮我检查一下会不会有睡眠呼吸暂停呀？”

医生经过仔细的病史询问和体检，发现老黄颈部较粗短，躯体脂肪分布较多，口咽腔狭窄，经过一个晚上的睡眠监测，结果显示每小时呼吸暂停次数高达45次，诊断老黄为重度睡眠呼吸暂停低通气综合征（OSAHS）。

这下老黄又多了一顶“帽子”！

老黄自从诊断出患有糖尿病和睡眠呼吸障碍后，四处求医，有的医生说要减肥，有的说要用胰岛素，还有的说要动手术，使老黄莫衷一是，吃不好也睡不好，不知道究竟该怎么办？

最后，老黄听取了一位内分泌科专家的意见--控制饮食和使用胰岛素降糖治疗，但结果发现无论如何调整胰岛素用量，血糖控制依然不理想，空腹血糖最高达10mmol/L（正常人的空腹血糖值为3.89~6.1mmol/L），而且白天精神差、嗜睡，夜间打鼾明显，有时还会感到胸闷、憋气。

后来，老黄有一次听到病友说有人用呼吸机治疗有效，抱着试试看的心里来到睡眠呼吸障碍专家门诊，并带上了上次睡眠监测的结果，当天晚上就试用了经鼻持续气道正压通气（CPAP）治疗。老黄次日起床感到精神倍加清爽，头也不晕，也不打瞌睡，从此老黄就开始了长期睡眠时CPAP治疗。

更巧的是，血糖也比过去好控制多了，胰岛素用量明显减少，甚至体重也较过去减轻不少。

为什么这些病都发生在老黄一个人身上，是不是基因遗传在作怪？

实际上，这几种病还真有一点共同点，其中最重要的就是肥胖。

由于肥胖，使口咽部脂肪组织和一些软组织增多，睡眠时容易塌陷，在吸气负压作用下，导致上呼吸道出现阻塞，气流速度下降，严重时就出现呼吸暂停；同时肥胖也是导致糖尿病和胰岛素抵抗的“凶手”。

说起糖尿病，大家都很熟悉。

我国现存最早的医书《黄帝内经素问》及《黄帝内经·灵枢》中就记载了“消渴症”这一病名。

汉代名医张仲景在《金匮要略》之消渴篇对糖尿病“三多”症状即多饮、多尿和多食亦有记载。

唐朝初年，我国著名医家甄立言首先指出，消渴症患者的小便是甜的。

现代科学认为糖尿病可分为1型糖尿病和2型糖尿病。

其中1型糖尿病多发生于青少年，因胰岛素分泌缺乏，需依赖外源性胰岛素补充以维持生命；2型糖尿病多见于中老年人，占有糖尿病的95%，其胰岛素的分泌量并不低，甚至还偏高，但机体对胰岛素不够敏感，导致胰岛素相对不足而出现血糖升高。

长期糖尿病可导致感染、心脏病变、脑血管病变、肾衰竭、双目失明、下肢坏疽等，严重者可致死、致残。

胰岛素抵抗是指胰岛素作用的靶器官对胰岛素作用的敏感性下降，即正常剂量的胰岛素产生低于正常生物学效应的一种状态。

目前认为，胰岛素抵抗不仅是2型糖尿病的发病基础，而且是贯穿多种代谢相关疾病的主线，是连结它们的纽带，为这些疾病的共同病理生理基础。

糖尿病和睡眠呼吸障碍可以通过多种原因和方式共存。

糖尿病可由于肥胖、神经病变引起或加重OSAHS；而OSAHS又可由于交感神经兴奋、间歇低氧、睡眠片段、炎症反应及下丘脑-垂体-肾上腺功能失调等加重糖尿病的发生与进展或引起胰岛素抵抗。

.....

<<打鼾>>

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>