

《睡眠之谜》

图书基本信息

《睡眠之谜》

内容概要

本书系统地介绍了有史以来对睡眠和梦的各种见解学说，以及现代睡眠研究领域先驱者的各项开创性研究，为读者解开“梦”这一千古之谜提供了科学的钥匙。作者对睡眠、梦和睡眠紊乱等各类生理、病理现象都作了详尽的分析，书中既有严肃的科学讨论，也有对历史轶事的有趣叙述，还有对神话、小说、戏曲之中的“睡眠之谜”、“梦之谜”的破译，兼有科学性和趣味性，读来颇引人入胜。

《睡眠之谜》

作者简介

佩雷兹·拉维，以色列生物物理学家，现代睡眠研究专家，曾在以色列特拉维夫大学心理学系学习，后在美国佛罗里达大学获博士学位，在美国加利福尼亚大学丹·克里普克睡眠实验室完成博士后研究，1975年进入以色列特克尼恩技术学院医学系工作，后任该学校医学系主任、特克尼恩

《睡眠之谜》

书籍目录

- 第一章 睡眠与死亡
- 第二章 脑电波
- 第三章 现代睡眠研究之父：纳撒尼尔·克莱特曼
- 第四章 睡眠的节律
- 第五章 25小时一昼夜
- 第六章 从太阳钟到生物钟
- 第七章 梦：脑的创造
- 第八章 艾尔弗雷德·莫里和断头台之梦
- 第九章 脱离现实的梦
- 第十章 鱼做梦吗
- 第十一章 对睡眠的需求
- 第十二章 快

《睡眠之谜》

精彩短评

- 1、既严谨又通俗易懂，读起来还觉得很有趣。十分推荐这本科普作品。
- 2、让你知道每天伴随你的但是不为你所知的东东
- 3、看過後對睡眠及與其相關的多個領域都多了認識。雖是科學類書籍，但本書知性與趣味兼備(雖然，口味這檔子事都很個人)；其中有嚴肅的討論，也有擅於講故事的作者有條不紊的解構與分析。我想我會抽時間再看，有興趣者也不妨一讀。
- 4、娘亲，我都看完了
- 5、里面提到一个律师，他18岁的儿子被一个连值夜班不清醒的实习医生误诊死了。。结果他就推动了医生要轮班睡觉不许连轴转的法规。。#不知为毛挺感动#
- 6、更专业
- 7、good
- 8、因为出差老是几乎五晚都睡不好，只好求助于专业书籍了。这本书主要是从研究的角度出发，对怎么睡的好并没有很明确的建议，翻译的质量也有一点难读，不过几种睡眠障碍症倒是让我涨了见识，好像对睡眠也要一定改善吧？
- 9、睡眠，梦，意识，永远的谜题

《睡眠之谜》

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:www.tushu000.com