

《打鼾处方》

图书基本信息

书名：《打鼾处方》

13位ISBN编号：9787501946211

10位ISBN编号：7501946213

出版时间：2004-12

出版社：中国轻工业出版社

作者：铃木一郎

页数：210

译者：祁美静

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《打鼾处方》

内容概要

《打鼾处方》：打鼾易导致：孩子身材矮小、体重不足，上课思想不集中、记忆力下降、智力降低、学习成绩不好。女性面色萎黄、皮肤粗糙、肥胖臃肿、口臭口苦、月经不调等。严重者甚至会提前3 - 15年进入更年期。男性长性功能下降，甚至阳痿；白天精力不济，工作晕头转向，影响发展前途。老人睡梦中血压明显升高，甚至猝死。研究证实，1/3的高血压、1/5的心脏病由恶性打鼾引起，其他的并发症还有脑血管疾病、糖尿病、肾病、癫痫等20多种。《打鼾处方》在怎样诊断、治疗打鼾，怎样改善睡眠和打鼾状况方面，都有非常专业、具体的介绍和方法，还特别邀请我国著名睡眠呼吸医学专家郭兮恒教授、著名耳鼻喉科医学专家张晓晴博士作为顾问，且张晓晴博士在书中更是为读者介绍了目前国内最新的治疗手段。

《打鼾处方》

作者简介

铃木一郎，医学博士，日本红十字会医疗中心脑神经外科主任。

1951年生。1976年毕业于东京大学医学院医学系。毕业后进入东京大学医学院脑神经外科。此后到纽约洛克菲勒大学留学。历任东京大学医学院脑神经外科主任、东京大学医学院脑神经外科讲师等职务。

此外

《打鼾处方》

书籍目录

第一章 打鼾会造成如此严重的困扰 打鼾是睡得香吗 打鼾是如何产生的 这类人容易打鼾 打鼾者男性居多 打鼾，女性的苦恼 孩子打鼾比大人更危险 你知道婴儿的打鼾吗 同床者的苦恼 打鼾使愉快的活动泡汤 打鼾仅限于人类吗 专栏 动物的睡眠时间竟然千差万别第二章 治疗打鼾刻不容缓 在脑神经外科治疗打鼾的理由 你的打鼾危险吗 你的打鼾是放心的打鼾，还是危险的打鼾 不能再对打鼾置之不理 专栏 历史人物的睡眠时间第三章 睡眠呼吸暂停综合征是如何产生的 睡眠呼吸暂停综合征是什么病 睡眠呼吸暂停综合征的医学定义 无法避免的睡眠质量低下 对你的身心造成如此严重的影响 睡眠呼吸暂停综合征是这样被发现的 睡眠时的呼吸暂停是这样引起的 登珠穆朗玛峰顶的旅行 呼吸暂停会造成全身的各种不适 慢性打鼾者为数众多 对呼吸暂停置之不理造成早亡 自我检查睡眠情况 专栏 打鼾之外的其他睡眠伴随症第四章 睡眠呼吸暂停综合征是事故死亡的序曲 重大事故背后隐藏着呼吸暂停 在日常生活中，故事的危险性大幅提升 睡眠呼吸暂停综合征使人出现转折危机 专栏 发作性睡病也可引民白天强烈的困意第五章 睡眠呼吸暂停综合征是生活习惯病的温床 睡眠呼吸暂停各种各样的并发症 危险的并发症 备受关注的“生存率”是多少 专栏 人类不睡的极限有多长第六章 打鼾是这样治愈的第七章 怎样拥有高质量的睡眠 附录 我国对OSAS的治疗

《打鼾处方》

编辑推荐

《打鼾处方》内容丰富生动，结合典型案例分析，图文并茂。在知识性怀科学性的基础上，是一本通俗易懂的好书，相信每位读者都会从中受益。

《打鼾处方》

精彩短评

- 1、你不能忽视打呼噜，不仅影响别人，更是对自己的不负责
- 2、大部分的章节在叙述打鼾带来的害处和危险，只有一章提到了治疗的方法，但也主要是到医院通过专业的治疗。不过整书对打鼾的原因还是做了充分的说明和图画表示，一些个别的知识点还是值得注意，比如仰睡易打鼾，尽量采用侧卧，睡觉时不要将双手放在头顶位置，肥胖、喝酒和吃安眠药易打鼾。

最后一章是一些对睡眠知识的概述，有一点参考意义！

- 3、一个日本人写的书，却有两个中国人当顾问.哈哈！！！！一本中不中洋不洋的书.像广告.
- 4、打鼾会造成如此严重的困扰
- 5、还没看，买太多书了。。。
- 6、很适用的书
- 7、书还不错，有实用性。
- 8、本书只给出来了造成打鼾的原因以及所造成的危害，没有具体地说该如何治疗，怎么治疗
- 9、此书作用不大，了解一下吧。
- 10、瞅着书名买的
- 11、很好，物美价廉！
- 12、很震撼！
- 13、帮人买的，自己顺带买了些，还不错，这本基本新的，还带塑封，压坏也比较少。
- 14、没事时看看，感觉还不错，有一些帮助，最起码学一些健康保健的方法

《打鼾处方》

精彩书评

1、大部分的章节在叙述打鼾带来的害处和危险，只有一章提到了治疗的方法，但也主要是到医院通过专业的治疗。不过整书对打鼾的原因还是做了充分的说明和图画表示，一些个别的知识点还是值得注意，比如仰睡易打鼾，尽量采用侧卧，睡觉时不要将双手放在头顶位置，肥胖、喝酒和吃安眠药易打鼾。最后一章是一些对睡眠知识的概述，有一点参考意义！

《打鼾处方》

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