

<<睡眠与失眠>>

图书基本信息

书名：<<睡眠与失眠>>

13位ISBN编号：9787508017501

10位ISBN编号：7508017501

出版时间：1999-03

出版时间：华夏出版社

作者：兰胜作

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>

<<睡眠与失眠>>

书籍目录

目 录

序言

基础部分

第一章 睡眠生理与病理

第一节 睡眠生理

一、慢波睡眠与快波睡眠

二、人类睡眠的个体发展

三、睡眠的脑机制

附：褪黑色素对睡眠的调节

四、睡眠的某些功能

第二节 梦

一、梦产生的机制和解剖

二、梦境内容的生理与心理

三、梦的分析

四、梦的假说

第三节 睡眠剥夺

一、睡眠剥夺对行为的影响

二、睡眠剥夺对生化的影响

三、睡眠剥夺对心理的影响

四、睡眠剥夺的抗抑郁作用

第四节 睡眠障碍的病理

一、几种常见的睡眠障碍

二、抑郁与睡眠

三、镇静、催眠药对睡眠的影响

四、酒精对睡眠的影响

第二章 睡眠与失眠的概念、分类

第一节 睡眠的定义及其相关因素

一、睡眠的定义、生物节律

二、睡眠质量的判断

三、影响睡眠的非健康因素

四、睡眠时间与性格

五、睡眠的评定

第二节 睡眠障碍的分类

一、睡眠障碍的国际分类

二、CCMD - 2 - R、ICD - 10、DSM - 有关

睡眠障碍的诊断与分类

第三节 失眠的概念分类

一、失眠的定义、流行病学

二、有否长期通宵不眠的人

三、失眠的分类

附：与失眠有关的躯体疾病

第三章 各类失眠的临床情况

第一节 心理生理性失眠

第二节 神经症与失眠

一、失眠是神经症的重要症状

<<睡眠与失眠>>

二、焦虑症与失眠

附1：焦虑与抑郁常并存

三、抑郁性神经症与失眠

附2：抑郁性神经症与抑郁症的相关讨论

四、神经衰弱与失眠

五、其他神经症与失眠

第三节 其他因素伴发的失眠

一、与精神障碍伴发的失眠

二、与物质及药物的使用或戒断相伴发的失眠

三、睡眠诱发呼吸障碍与失眠

四、与睡眠肌阵挛综合症及不宁腿综合症有关的失眠

五、与其他躯体及环境情况有关的失眠

六、与睡眠节律性障碍有关的失眠

七、从童年期开始发生的失眠

八、其他失眠

九、无入睡及维持睡眠障碍的异常

治疗部分

第一章 苯二氮草类药物

第一节 苯二氮草类药物的作用和副作用

一、苯二氮草类药物的结构与作用机制

二、常用的苯二氮草类药物

三、使用苯二氮草类注意事项

四、如何选择苯二氮草类药物

五、苯二氮草类药物的其他临床应用

六、苯二氮草类药物的不良反应

第二节 几种代表性药物的临床应用

一、地西泮

二、阿普唑仑

三、舒乐安定

四、氯硝西泮

五、三唑仑

六、丁螺环酮

第三节 苯二氮草类药物的依赖与戒断

一、苯二氮草类药物的滥用情况

二、苯二氮草类药物的依赖机制及有关因素

三、苯二氮草类药物的戒断症状

四、苯二氮草类药物依赖的预防

五、苯二氮草类药物依赖的临床处理

原则

六、苯二氮草类逐渐减量的方法

第二章 失眠的抗抑郁治疗

第一节 顽固严重的失眠需考虑抗抑郁

<<睡眠与失眠>>

- 第二节 发展中的抗抑郁药物
- 第三节 失眠的抗抑郁治疗的注意事项
- 第三章 失眠的中医治疗
 - 第一节 古代中医对失眠的一些观点
 - 第二节 现代中医对失眠的论述
 - 第三节 失眠的中医治疗经验
 - 一、辨证论治
 - 二、单味验方
 - 三、中医用方经验
 - 四、名老中医经验
 - 五、经验方剂和药膳
- 第四章 失眠的心理治疗
 - 第一节 失眠初期的心理治疗
 - 第二节 失眠常用的几种心理治疗
 - 一、支持性心理治疗
 - 二、认知治疗
 - 三、放松疗法
 - 四、气功疗法
 - 五、森田疗法
 - 六、音乐治疗
 - 第三节 佛念随想
- 第五章 失眠的行为疗法
 - 第一节 刺激控制程序法
 - 第二节 放松技术
 - 第三节 其它行为疗法
- 第六章 失眠的物理及特殊疗法
 - 第一节 物理疗法
 - 第二节 特殊疗法
 - 一、胰岛素低血糖疗法
 - 二、睡眠疗法
 - 三、电休克疗法
 - 四、剥夺睡眠疗法
 - 第三节 生活方式疗法
 - 一、欢笑
 - 二、甩手
 - 三、静坐
- 第七章 失眠治疗的临床体会
 - 第一节 失眠综合治疗体会
 - 第二节 短期失眠治疗案例
 - 第三节 慢性失眠治疗案例
- 附：老年人失眠的治疗
 - 一、老年人失眠的一些病理特点
 - 二、老年人失眠治疗的用药特点

<<睡眠与失眠>>

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>