

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

图书基本信息

书名：<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

13位ISBN编号：9787509163122

10位ISBN编号：7509163129

出版时间：2013-1

出版时间：人民军医出版社

作者：马莉华，唐晓红，高雄超

页数：183

字数：210000

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>

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

前言

古往今来，睡眠质量的好坏直接关系到每个人的身心健康，甚至是家庭幸福和事业的成败。“日出而作，日落而息”，这种祖先留下的生活方式随着沧海桑田的变迁和现代社会的快速发展已离我们相去甚远。

现今，睡眠障碍的人数越来越多，人群也越来越广。

由于长期睡眠障碍可使人体功能紊乱失衡，机体抵抗力下降，并出现紧张焦虑、心情压抑、萎靡不振、悲观等症状，还可能诱发心脑血管疾病、内分泌疾病、肝肾疾病以及精神症状的发生，给个人、家庭、社会造成了严重伤害和不可估量的损失。

为了揭开睡眠障碍这层神秘面纱，一窥奥秘，各国政府均投入了大量的研究经费。

虽然目前对睡眠障碍的治疗方法较多，但如何合理使用药物治疗睡眠障碍这方面的报道并不多见，以科普知识进行表达的更少。

为此，我们组织这方面的有关专家撰写了《睡眠障碍合理用药一册通晓》一书，目的就是指导睡眠障碍患者能正确面对疾病，合理选用药物。

本书共7章，从睡眠障碍的基础理论，常见睡眠障碍临床分类及临床表现，不同性别、不同年龄人群睡眠障碍的病理生理，以及药物对睡眠障碍的合理使用和辅助疗法，中医对睡眠障碍的辨证分析等方面均做了较为全面、系统的阐述。

睡眠医学是一门新兴的医学边缘交叉学科，睡眠障碍尚处于探索发展时期，临床经验少，加之参考资料短缺，在本书的编写中我们虽竭尽所能，难免有疏漏和不妥之处，敬请广大读者批评、指正。

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

内容概要

本书是多位专家临床经验的结晶，是一本很实用的书。全书共分为7章，首先教读者认识睡眠障碍，并进行自我判断和评估，特别是对治疗睡眠障碍的西药和中药进行了详细介绍，对不同形式的失眠、嗜睡、睡眠节律障碍，睡眠中呼吸暂停、梦魇、睡行症等异常现象及老年人、儿童、女性、学生等特殊人群的睡眠障碍给出具体的治疗方案。本书融入科学研究最新成果，包含多种具体治疗方法，语言通俗易懂，内容深入浅出，融科学性、实用性、可读性于一体，适合睡眠障碍患者及关心健康的广大读者阅读参考。

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

书籍目录

第1章 睡眠障碍面面观

第一节 与您共同步入睡眠障碍的领域

什么是睡眠障碍

睡眠障碍种类知多少

失眠与失眠症是一回事吗

睡眠障碍是人类的新“杀手”

第二节 谁偷走了你的睡眠健康

药物

精神因素

躯体疾病因素

环境因素

遗传因素

酒精和烟草依赖

第三节 形式多样且无处不在的失眠

什么是失眠

失眠种类医师来细分

第四节 初识嗜睡和睡眠-觉醒节律障碍

“睡不醒”也是病吗

嗜睡的原因

初识嗜睡的家族

种类繁多的睡眠-觉醒节律障碍

第五节 睡眠中异常活动和行为

阻塞性睡眠呼吸暂停综合征

不安腿综合征

睡行症

睡惊症

梦语症

梦魇

夜间下肢痛性痉挛

第六节 中医“眼中”的睡眠障碍

中医学认识失眠

中医学理论对睡眠障碍机制与理论的探讨

第七节 科学应对睡眠障碍

从症状来破解睡眠障碍

睡眠障碍的评估

第2章 治疗睡眠障碍药物大盘点

第一节 盘点常用治疗睡眠障碍药物“大家族”

苯二氮类药

非苯二氮类药

抗抑郁药

其他镇静类药物

中枢神经兴奋药

第二节 睡眠障碍常用中药

中医治疗失眠症

中医治疗嗜睡

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

第三节 睡眠障碍可选用的非处方药

西药非处方药

中成药非处方药

第3章 失眠合理用药一点通

第一节 西医治疗失眠的关键在于合理用药

正确认识催眠药

合理选择催眠药

躯体疾病伴发失眠选用镇静催眠药时勿马虎

抗抑郁药物可以治疗失眠

西药治疗失眠的弊端知多少

第二节 不同形式的失眠，临床用药有别

心理生理性失眠

主观性失眠

习惯不良性失眠

环境性失眠

情绪调整不良性失眠

安眠药依赖性失眠

酒精依赖性失眠

第三节 中医治疗失眠要有整体规划

中医辨证论治失眠原则

中医学对失眠的辨证分型施治

第四节 失眠的非药物治疗

失眠的针灸治疗

失眠的按摩治疗

失眠的拔罐疗法

失眠的刮痧疗法

失眠的敷贴疗法

失眠的药熏疗法

失眠的沐浴疗法

第4章 嗜睡与睡眠节律障碍合理用药一点通

第一节 嗜睡疾病的合理用药

透过现象看本质——嗜睡疾病全接触

嗜睡疾病的辅助检查

针对嗜睡疾病的药物治疗

使用兴奋性药物存在的潜在问题

第二节 睡眠节律障碍的合理用药

探究睡眠节律障碍的“本来面目”

导致睡眠节律障碍的因素

睡眠-觉醒节律障碍的治疗

睡方辅助疗法

第5章 睡眠中异常现象合理用药一点通

第一节 阻塞性睡眠呼吸暂停综合征

打鼾是睡得沉吗

引起呼吸道不畅的元凶

阻塞性睡眠呼吸暂停综合征易“恋上”哪些人群

怎样判断是否患有阻塞性睡眠呼吸暂停综合征

阻塞性睡眠呼吸暂停综合征的危害要警惕

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

阻塞性睡眠呼吸暂停综合征检查方法
如何检测是否患有阻塞性睡眠呼吸暂停综合征
如何治疗睡眠呼吸暂停综合征
第二节 梦魇、梦语症及睡眠惊跳
梦魇
梦语症
睡眠惊跳
第三节 夜间下肢痛性痉挛和不安腿综合征
夜间下肢痛性痉挛
不安腿综合征
第四节 睡行症和睡惊症
睡行症
睡惊症
第6章 特殊人群的睡眠障碍
第一节 老年人睡眠障碍
“谁”偷走了老年人的睡眠
改善老年人睡眠的方法
第二节 儿童睡眠障碍
儿童睡眠障碍的特殊表现
导致儿童睡眠障碍的因素
怎样让孩子拥有健康睡眠
第三节 学生睡眠障碍
影响学生睡眠的因素
学生睡眠障碍的主要类型
多渠道改善学生睡眠
第四节 女性睡眠障碍
女性睡眠障碍的表现
女性睡眠障碍的特殊类型
更年期女性的睡眠障碍
孕妇的睡眠障碍
第7章 应用多种方法创造优质睡眠
第一节 保障睡眠质量，心理性失眠别忽视
半数失眠者背后隐藏心理疾病
控制心理性失眠，重在“有的放矢”
第二节 良好睡眠卫生，祝您一觉到天明
睡眠卫生常识知多少
您是否陷入睡眠误区
引起失眠的不良睡眠习惯有哪些
第三节 创造优质睡眠，每个环节必不可少
做好睡前准备，远离失眠困扰
良好睡眠环境应具备的条件
浅谈睡眠与养生
参考文献

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

编辑推荐

马莉华等编著的《睡眠障碍合理用药一册通晓》一书，目的就是指导睡眠障碍患者能正确面对疾病，合理选用药物。

本书共7章，从睡眠障碍的基础理论，常见睡眠障碍临床分类及临床表现，不同性别、不同年龄人群睡眠障碍的病理生理，以及药物对睡眠障碍的合理使用和辅助疗法，中医对睡眠障碍的辨证分析等方面均做了较为全面、系统的阐述。

<<睡眠障碍合理用药一册通晓>>

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>