

<<失眠症用药宜忌与日常调养>>

图书基本信息

书名：<<失眠症用药宜忌与日常调养>>

13位ISBN编号：9787538862782

10位ISBN编号：7538862781

出版时间：2010-6

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：陈京

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>

## <<失眠症用药宜忌与日常调养>>

### 内容概要

健康是福，健康是金！

本书献给渴求健康的患者朋友，教你从病理入手，根据不同症状，不确用药，合理膳食，注重调养。有它在手，康复无忧！

## <<失眠症用药宜忌与日常调养>>

### 书籍目录

睡眠的重要性 人为什么不能缺少睡眠 怎样评价睡眠是否正常 不同年龄段的人对睡眠时间有什么要求 睡眠与生物钟有怎样的关系 做梦是否会影响睡眠质量各种类型的失眠症 什么是失眠症 医学上把失眠症分为哪些类型 失眠与失眠症是一回事吗 什么是心理生理性失眠症 什么是终身失眠症 什么是气候过敏性失眠症 什么是抑郁性失眠症 什么是焦虑性失眠症 什么是假性失眠症 假性失眠症患者容易产生哪三大误区引起失眠的各种因素 心理因素是怎样引起失眠的 造成失眠的心理因素都有哪些 哪些疾病会引发失眠 引起失眠的环境因素都有哪些 哪些药物会引发失眠 失眠与生物钟有什么样的关系 失眠与多梦有怎样的关系 失眠与神经衰弱有怎样的关系 失眠与情绪过激有怎样的关系 失眠与性功能有怎样的关系 心脏神经官能症为什么会引发失眠症失眠症的高发人群 失眠症的高发人群都有哪些 失眠症为什么“青睐”老年人 脑力劳动者为什么容易患失眠症 女性失眠症患者为什么多于男性失眠症的危害治疗失眠症的常用药物失眠症患者用药注意事项治疗失眠症的心理疗法和行为疗法治疗失眠症的物理方法容易导致失眠的不良习惯促进睡眠的保健方法创造良好的睡眠环境促进睡眠的怡情方法失眠症患者的运动保健健忘症的病因和表现健忘症患者的保健常识失眠症患者的饮食调养失眠症患者日常调养食谱治疗失眠症的方剂

<<失眠症用药宜忌与日常调养>>

编辑推荐

《失眠症用药宜忌与日常调养》由黑龙江科学技术出版社出版。

<<失眠症用药宜忌与日常调养>>

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>