

打鼾处方



[打鼾处方_下载链接1](#)

著者:铃木一郎

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2004-12

装帧:简装本

isbn:9787501946211

《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。

作者介绍:

目录:

[打鼾处方_下载链接1_](#)

标签

健康

TEMP

评论

[打鼾处方_下载链接1_](#)

书评

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、 ...

[打鼾处方_下载链接1_](#)