

失眠简便自疗



[失眠简便自疗_下载链接1](#)

著者:游国龙

出版者:人民军医

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787509102619

本书以问答形式简要介绍了失眠的基本知识、类型、临床症状、辅助检查方法、诊断和鉴别诊断、中西医治疗及预防等知识，重点介绍适合读者自我调养和自我治疗失眠的简便方法，并对失眠防治中的一些误区提出了作者的观点。本书是一部全面反映失眠自我治疗和调养新成果的科普读物，内容融汇中西而详尽，文字简洁而明了。具有科学性、实用性和可读性强的特点。不仅适合失眠患者的自我医疗，也可作为基层医护人员的参考读物。

作者介绍:

目录:

[失眠简便自疗_下载链接1](#)

标签

评论

[失眠简便自疗_下载链接1](#)

书评

[失眠简便自疗_下载链接1](#)