

《打鼾》

图书基本信息

书名：《打鼾》

13位ISBN编号：9787565903793

10位ISBN编号：7565903795

出版时间：2012-6

出版社：北京大学医学出版社有限公司

作者：何权瀛

页数：97

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《打鼾》

内容概要

《打鼾-夜间的神秘杀手》，本书是“解码健康睡眠系列丛书”（国家“十二五”重点图书）中的一本，通过妙趣横生的故事、科学严谨的态度、细致全面的分析，向公众介绍了阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合症的病因、危害、合并症、诊断及治疗等内容。

作者简介

何权赢，北京大学人民医院呼吸内科主任，主任医师，博士生导师，中华医学会呼吸病分会常委，长期致力于慢性阻塞性肺病、支气管哮喘、睡眠呼吸暂停综合征的预防、长期管理治疗、病因、流行病学方面的研究。主编专著6本，参编专著20本，发表文章350篇，曾获国家科技进步奖和中华医学会科技奖。

书籍目录

第一篇 夜半鼾声，谁之过

- 打鼾是怎么发生的？
- 为什么人总在睡觉时打鼾？
- 打鼾就是睡得香吗？
- 打鼾是病吗？
- 什么样的鼾声需要警惕？
- 什么是阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征（OSAHS）？
- OSAHS会有哪些表现呢？
- OSAHS的病因有哪些？
- 哪些人群易患OSAHS？
- OSAHS的危害有哪些？

第二篇 潜伏的健康杀手

- OSAHS与继发性高血压
- OSAHS与夜间心绞痛
- OSAHS与心律失常
- OSAHS与心力衰竭
- OSAHS与肺源性心脏病
- OSAHS与糖尿病和胰岛素抵抗
- OSAHS与脑卒中
- OSAHS与妊娠高血压
- OSAHS与癫痫
- OSAHS与痴呆
- OSAHS与儿童智力发育
- OSAHS与肾功能损害
- OSAHS与性功能障碍
- OSAHS与心理损害及性格改变
- OSAHS与交通事故
- OSAHS与慢性咳嗽
- OSAHS与夜尿增多
- OSAHS与尿床
- OSAHS与红细胞增多症
- OSAHS与肢端肥大症

第三篇 高枕无忧，鼾声不再来

- 如何诊断OSAHS？
- 什么是多导睡眠图（PSG）监测？
- OSAHS的一般性治疗有哪些？
- 什么是持续气道正压通气（CPAP）？
- 什么是口腔矫治器治疗？
- OSAHS的外科手术治疗方法有哪些？

章节摘录

老黄今年五十多岁了，体型肥胖，又能吃能睡，加上事业有成，很多人觉得他是一个有福之人。老黄自己也甚感欣慰，直到有一天，有朋友提醒他去医院检查一下身体，结果发现尿糖阳性，血糖升高。再一检查，血压高，血脂也高。用一句通俗的话，“不该高的都高了”。这一下，老黄慌了神，天天往医院跑。这不，又来到了睡眠呼吸障碍专家门诊：“大夫，他们说我又胖又有糖尿病，加上平时睡眠时好打鼾，你帮我检查一下会不会有睡眠呼吸暂停呀？”医生经过仔细的病史询问和体检，发现老黄颈部较粗短，躯体脂肪分布较多，口咽腔狭窄，经过一个晚上的睡眠监测，结果显示每小时呼吸暂停次数高达45次，诊断老黄为重度睡眠呼吸暂停低通气综合征（OSAHS）。这下老黄又多了一顶“帽子”！老黄自从诊断出患有糖尿病和睡眠呼吸障碍后，四处求医，有的医生说要减肥，有的说要用胰岛素，还有的说要动手术，使老黄莫衷一是，吃不好也睡不好，不知道究竟该怎么办？最后，老黄听取了一位内分泌科专家的意见--控制饮食和使用胰岛素降糖治疗，但结果发现无论如何调整胰岛素用量，血糖控制依然不理想，空腹血糖最高达10mmol/L（正常人的空腹血糖值为3.89~6.1mmol/L），而且白天精神差、嗜睡，夜间打鼾明显，有时还会感到胸闷、憋气。后来，老黄有一次听到病友说有人用呼吸机治疗有效，抱着试试看的心里来到睡眠呼吸障碍专家门诊，并带上了上次睡眠监测的结果，当天晚上就试用了经鼻持续气道正压通气（CPAP）治疗。老黄次日起床感到精神倍加清爽，头也不晕，也不打瞌睡，从此老黄就开始了长期睡眠时CPAP治疗。更巧的是，血糖也比过去好控制多了，胰岛素用量明显减少，甚至体重也较过去减轻不少。为什么这些病都发生在老黄一个人身上，是不是基因遗传在作怪？实际上，这几种病还真有一点共同点，其中最重要的就是肥胖。由于肥胖，使口咽部脂肪组织和一些软组织增多，睡眠时容易塌陷，在吸气负压作用下，导致上呼吸道出现阻塞，气流速度下降，严重时就会出现呼吸暂停；同时肥胖也是导致糖尿病和胰岛素抵抗的“凶手”。说起糖尿病，大家都很熟悉。我国现存最早的医书《黄帝内经素问》及《黄帝内经·灵枢》中就记载了“消渴症”这一病名。汉代名医张仲景在《金匱要略》之消渴篇对糖尿病“三多”症状即多饮、多尿和多食亦有记载。唐朝初年，我国著名医家甄立言首先指出，消渴症患者的小便是甜的。现代科学认为糖尿病可分为1型糖尿病和2型糖尿病。其中1型糖尿病多发生于青少年，因胰岛素分泌缺乏，需依赖外源性胰岛素补充以维持生命；2型糖尿病多见于中老年人，占有糖尿病的95%，其胰岛素的分泌量并不低，甚至还偏高，但机体对胰岛素不够敏感，导致胰岛素相对不足而出现血糖升高。长期糖尿病可导致感染、心脏病变、脑血管病变、肾衰竭、双目失明、下肢坏疽等，严重者可致死、致残。胰岛素抵抗是指胰岛素作用的靶器官对胰岛素作用的敏感性下降，即正常剂量的胰岛素产生低于正常生物学效应的一种状态。目前认为，胰岛素抵抗不仅是2型糖尿病的发病基础，而且是贯穿多种代谢相关疾病的主线，是连结它们的纽带，为这些疾病的共同病理生理基础。糖尿病和睡眠呼吸障碍可以通过多种原因和方式共存。糖尿病可由于肥胖、神经病变引起或加重OSAHS；而OSAHS又可由于交感神经兴奋、间歇低氧、睡眠片段、炎症反应及下丘脑-垂体-肾上腺功能失调等加重糖尿病的发生与进展或引起胰岛素抵抗。……

精彩短评

1、好鼾

《打鼾》

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:www.tushu111.com