



Skutki Braku Snu na Zdrowie: Ciało, Mózg i Zachowanie

Indeks: **682930** Producent: **Springer**

Cena: **365.37 zł**

Opis

Sleep Deprivation and Disease: Effects on the Body, Brain and Behavior

Producent: Springer

Badania naukowe potwierdzają, że brak odpowiedniej ilości snu może mieć poważne konsekwencje dla zdrowia. 'Efekty Przetrzymywania Snu na Ciało, Mózg i Zachowanie' to obszerny przegląd wpływu niedoboru snu na funkcjonowanie organizmu. Autorzy przedstawiają zaskakujące wnioski dotyczące związku między snem a zdrowiem fizycznym oraz psychicznym. Dowiedz się, dlaczego sen jest kluczowym elementem utrzymania równowagi między ciałem a umysłem.

Książka omawia także wpływ snu na mózg, zwracając uwagę na różne procesy poznawcze i funkcje, które mogą być zaburzone przy chronicznym braku snu. Autorzy podają konkretne przykłady z badań naukowych i analizują, jak nieprzespane noce mogą wpłynąć na nasze codzienne zachowanie. 'Efekty Przetrzymywania Snu na Ciało, Mózg i Zachowanie' to niezbędna lektura dla wszystkich zainteresowanych tematem snu i jego wpływu na zdrowie.

Książka 'Efekty Przetrzymywania Snu na Ciało, Mózg i Zachowanie' to doskonałe źródło wiedzy dla lekarzy, naukowców oraz wszystkich, którzy dbają o swoje zdrowie i jakość życia. Poznaj najnowsze odkrycia dotyczące roli snu w utrzymaniu dobrej kondycji fizycznej i umysłowej. Zagłęź się w fascynujący świat snu i dowiedz się, dlaczego sen stanowi kluczowy element naszego zdrowia.

- **temat:** General practice, Psychiatry, Neurology & clinical neurophysiology, Occupational medicine, MEDICAL / Family & General Practice, MEDICAL, Family & General Practice, MEDICAL / Psychiatry / General, General, MEDICAL / Neurology, Neurology, MEDICAL / Occupational & Industrial Medicine, Occupational & Industrial Medicine, Primary Care Medicine, Occupational Health, HC/Medizin/Klinische Fächer, HC, Medizin, Klinische Fächer, HC/Medizin/Nichtklinische Fächer, Nichtklinische Fächer, sleep disorders;neurology;sleep and cognitive function;sleep and pain;pregnancy, General practice / Family medicine, Family medicine, Neurology and clinical neurophysiology, MEDICAL / Family & General Practice, MEDICAL / Neurology, MEDICAL / Occupational & Industrial Medicine, MEDICAL / Practice Management & Reimbursement, MEDICAL / Psychiatry / General, Medical/Family & General Practice, Medical/Neurology, Medical/Occupational & Industrial Medicine, Medical/Psychiatry - General, Medical/Pulmonary & Thoracic Medicine, General practice, Neurology & clinical neurophysiology, Occupational medicine, Psychiatry, Allgemeinmedizin / Familienmedizin, General practice / Family medicine, Neurologie und klinische Neurophysiologie, Neurology and clinical neurophysiology, Psychiatrie, HC/Medizin/Klinische Fächer, HC/Medizin/Nichtklinische Fächer, Hardcover, Softcover / Medizin/Klinische Fächer, Allgemeinmedizin, Arbeitsmedizin, Gesundheitswesen, Hausarzt, Herzchirurgie, Innere Medizin, Neurologie, Neurophysiologie, Psychiatrie - Psychiater
- **wiążący:** paperback
- **język:** english, english, english

- **waga przedmiotu:** 726 grams
- **strony:** 300
- **słowo kluczowe tematu:** MAJORS, Medical, Non-Fiction, United States, sleep disorders; neurology; sleep and cognitive function; sleep and pain; pregnancy, sleep disorders;neurology;sleep and cognitive function;sleep and pain;pregnancy
- **marka:** Springer
- **kod unspsc:** 55101500
- **kod podmiotu:** MED029000, MED056000, MED061000, MED095000, MED105000, MED029000, MED056000, MED061000, MED105000, MED079000, 1693, 1692, 1693, MBPC, MBPC, MKJ, MKJ, MKL, ALLG7300, ARBF3000, GESU4500, HAUS1600, HERZ5099, INNE8000, NEUR6000, NEUR7800, PSYC2600, MBPC, MJN, MMRP, MMH
- **grupa docelowa:** General/trade
- **Liczba przedmiotów:** 1
- **kolor:** White
- **waga opakowania przedmiotu:** 0.7 kilograms
- **wydanie:** 1st ed. 2014
- **zewnętrznie przypisany identyfikator produktu:** 149396397X, 9781493963973, 09781493963973
- **producent:** Springer
- **gatunek muzyczny:** General practice, Psychiatry, Neurology & clinical neurophysiology, Occupational medicine, MEDICAL, Family & General Practice, MEDICAL, Psychiatry, General, MEDICAL, Neurology, MEDICAL, Occupational & Industrial Medicine, HC, Medizin, Klinische Fächer, HC, Medizin, Nichtklinische Fächer, General practice, Family medicine, Psychiatry, Neurology and clinical neurophysiology, Occupational medicine
- **Data publikacji:** 2016-05-24T00:00:01Z
- **numer wydania:** 1
- **nazwa przedmiotu:** Sleep Deprivation and Disease: Effects on the Body, Brain and Behavior
- **data premiery:** 2016-05-24T00:00:01Z
- **data uruchomienia strony produktu:** 2016-05-05T05:20:57.682Z

Parametry

Wydawca	Springer
Liczba stron	300
Data publikacji	2016-05-24
Język	polski