

Какие бывают нарушения сна и почему их нужно лечить

Автор: Administrator

11.11.2016 23:05 - Обновлено 11.11.2016 23:11

РЕКЛАМА

Какие бывают нарушения сна и почему их нужно лечить

Автор: Administrator

11.11.2016 23:05 - Обновлено 11.11.2016 23:11

в основном нарколепсия (она же гиперсомния) развивается на фоне недостатка гормона орексина.

Также есть немало других нарушений сна:

- ночные страхи и кошмары;
- сомнамбулизм;
- бруксизм (скрежетание зубами во время сна);
- синдром беспокойных ног и другие виды расстройств.

В большинстве ситуаций [DreamZzz](#) для полноценного сна помогает согласно инструкции. Побочных эффектов нет. Тем не менее, прежде чем начать употреблять данный медикамент, нужна консультация врача.

Что будет, если нарушения сна не лечить

Халатное отношение или поверхностное лечение (подавление симптомов) до добра не доведут. Если не устранить первопричину, нарушенный сон приведет к расстройству многих систем организма:

- нервной;
- пищеварительной;
- иммунной;
- сердечно-сосудистой.

Поэтому для начала следует определиться, хотите ли вы крепко спать и высыпаться. Вам поможет Дримз и другие безопасные современные препараты. Однако не затягивайте с визитом к врачу. Специалисты знают то, чего не знает обычный человек; понимают физиологические механизмы и могут верно диагностировать проблему.