

Livre

Auteur(s) : Léger, Damien (Auteur)

Titre(s) : Les troubles du sommeil / Damien Léger.

Editeur(s) : Paris : PUF, 2017.

Collection(s) : (Que sais-je ?, ISSN 0768-0066 ; 4088).

Autres : 1 vol. (127 p.) . 18 x 12 cm

Résumé : Une présentation des mécanismes du sommeil et un panorama de ses troubles (insomnies, troubles de l'horloge biologique, syndrome d'apnée du sommeil, narcolepsie) et de leurs causes. Des solutions sont proposées et des conseils prodigués pour un sommeil de qualité. Electre 2019.

Notes : Sites web. - Tout public.

Sujet(s) : Troubles du sommeil



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	616.84 LEG	Prêt normal	Disponible	Pordic - Ic