



Et si c'était de l'hyperventilation ?

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Et si c'était de l'hyperventilation ?

Jean-Loup Dervaux

Et si c'était de l'hyperventilation ? Jean-Loup Dervaux

Et si c'était de l'hyperventilation ? de Jean-Loup Dervaux

Auteur : Jean-Loup Dervaux

Comment la prévenir, comment la soigner ? En 60 questions/réponses, le Dr Dervaux vous dit tout ce qu'il faut savoir sur cette affection et comment s'en débarrasser.

Etat : Livre d'occasion en bon état

Format : 15 x 21 cm

203 pages

ISBN : 978-2848991405

- ° Vous êtes anxieux, fatigué, essoufflé même au repos ?
- ° Vous avez parfois l'impression de manquer d'air ?
- ° Vous poussez des soupirs profonds et bâillez sans raison particulière ?

Comme près d'un Français sur cinq, vous souffrez peut-être d'hyperventilation. Ce dérèglement du comportement respiratoire se caractérise par une respiration trop ample et surtout trop rapide et il est à l'origine de nombreux problèmes de santé et d'anxiété.

Alors que l'hyperventilation fait l'objet de toutes les attentions outre-Atlantique, elle est encore relativement méconnue et sous-diagnostiquée en France.

Et vous, souffrez-vous d'hyperventilation ?

 [Télécharger Et si c'était de l'hyperventilation ? ...pdf](#)

 [Lire en ligne Et si c'était de l'hyperventilation ? ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Et si c'était de l'hyperventilation ? Jean-Loup Dervaux

203 pages

Extrait

Extrait de la préface de Chrystelle Goëz, Directrice de la revue Spasmagazine, Présidente de l'association Spasmophilie et Sérénité :

L'hyperventilation, vécue au quotidien par beaucoup d'entre nous, est un des fléaux de la vie moderne.

Le grand mérite du Dr Dervaux est d'avoir, pour la première fois dans notre pays, soulevé cet important problème.

Les quatre parties de cet ouvrage, écrit dans un style clair et accessible à tous, contribuent, chacune à sa manière, à la résolution de la problématique de l'hyperventileur.

La première partie nous entraîne progressivement vers l'identification du syndrome d'hyperventilation. La reconnaissance des signes d'une maladie est une étape primordiale de sa connaissance, mais aussi un commencement de traitement, car mettre une étiquette rassurante sur des signes parfois angoissants et les voir décrits, aide à réaliser qu'on n'est pas seul(e) à en souffrir, rompant ainsi l'isolement de l'hyperventileur.

La deuxième partie, en développant les causes et mécanismes de l'hyperventilation, permet, dans une certaine mesure, de dédramatiser la situation : qu'y a-t-il de plus inquiétant que de ne pas savoir ou de ne pas comprendre le comment ou le pourquoi des choses ? De plus, le fait même d'appréhender les mécanismes de la maladie aide à comprendre le mode d'action ou la validité de tel ou tel traitement. (...) Présentation de l'éditeur

ET SI C'ÉTAIT DE L'HYPERVENTILATION ?

- ° Vous êtes anxieux, fatigué, essoufflé même au repos ?
- ° Vous avez parfois l'impression de manquer d'air ?
- ° Vous poussez des soupirs profonds et bâillez sans raison particulière ?

Comme près d'un Français sur cinq, vous souffrez peut-être d'hyperventilation. Ce dérèglement du comportement respiratoire se caractérise par une respiration trop ample et surtout trop rapide et il est à l'origine de nombreux problèmes de santé et d'anxiété.

Alors que l'hyperventilation fait l'objet de toutes les attentions outre-Atlantique, elle est encore relativement méconnue et sous-diagnostiquée en France.

Et vous, souffrez-vous d'hyperventilation ?

Comment la prévenir, comment la soigner ? En 60 questions/réponses, le Dr Dervaux vous dit tout ce qu'il faut savoir sur cette affection et comment s'en débarrasser.

Le Dr Jean-Loup Dervaux est ancien assistant des Hôpitaux de Paris, ancien chef de clinique à la faculté et ancien chef de service des hôpitaux. Il a enseigné au D.U. de communication médicale de Bobigny, Université de Paris-Nord XIII. Il est l'auteur de plus de vingt ouvrages consacrés à la santé. Biographie de l'auteur

Le Dr Jean-Loup Dervaux est ancien assistant des Hôpitaux de Paris, ancien chef de clinique à la faculté et ancien chef de service des hôpitaux. Il a enseigné au D.U. de communication médicale de Bobigny,

Université de Paris-Nord XIII. Il est l'auteur de plus de vingt ouvrages consacrés à la santé.
Download and Read Online Et si c'était de l'hyperventilation ? Jean-Loup Dervaux #AFJD5P1W2NR

Lire Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux pour ebook en ligne Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux à lire en ligne. Online Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux ebook Téléchargement PDF Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux Doc Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux Mobipocket Et si c'était de l'hyperventilation ? par Jean-Loup Dervaux EPub

AFJD5P1W2NRAAFJD5P1W2NRAAFJD5P1W2NR