

Σεμινάριο

ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ PART I

12 παράγοντες κινδύνου

12 παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση διαταραχών ύπνου μεταξύ των οποίων:

- Ασθένειες
- Φάρμακα
- Χρόνιος πόνος
- Σύνδρομο ανήσυχων άκρων
- Άπνοια ύπνου
- Άγχος
- Κατάθλιψη

Ανακαλύψτε όλους τους παράγοντες κινδύνου στο διαδικτυακό σεμινάριο Νευρικό σύστημα I

ΑΓΧΟΣ, ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ, ΑΨΠΝΙΑ

«Έχω δοκιμάσει τα πάντα, δεν με πιάνει τίποτα, έχω μεγάλη δυσκολία στον ύπνο».

«Είμαι πεσμένη τον τελευταίο καιρό, δεν έχω όρεξη για τίποτα, δεν κοιμάμαι καλά...»

«Έχω αγχωθεί με τα θέματα της δουλειάς αυτό το διάστημα. Δεν βοηθάει και ο καιρός...»

Πως απαντάμε σε τόσο ευαίσθητα θέματα ενός ανθρώπου;

Ένα φάρμακο είναι αρκετό;

Ο συνδυασμός ενσυναίσθησης και γνώσης είναι η μαγική συνταγή συναισθηματικής του ανάτασης.

Πρόσφερε αποδοτικά τη συμβουλή σου στον πελάτη σου
Φαντάσου το φαρμακείο σου αλλιώς

e•magine

5 νευροδιαβιβαστές :

1. Ακετυλοχολίνη
2. Αδρεναλίνη
3. GABA
4. Σεροτονίνη
5. Ντοπαμίνη

ΑΪΠΝΙΑ

Ο ρόλος του φαρμακοποιού Ημερολόγιο ύπνου

- Τι ώρα ξάπλωσα
- Τι ώρα κοιμήθηκα
- Πόσες φορές ξύπνησα
- Λόγοι που ξύπνησα
- Πόσο χρόνο μέσα στη νύχτα ήμουν ξύπνιος;
- Τι ώρα ξύπνησα το πρωί;
- Πόση ώρα κοιμήθηκα μέσα στην ημέρα;
- Τι φάρμακα πήρα;
- Πόσο καφεΐνη, αλκοόλ, νικοτίνη κατανόησα;
- Σημαντικά γεγονότα της επόμενης ημέρας



*Κάντε την
εγγραφή σας
στο σεμινάριο!*

www.emagine.gr

