



Mieux vivre avec l'apnée du sommeil

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Mieux vivre avec l'apnée du sommeil

Michel d'Aniolo

Mieux vivre avec l'apnée du sommeil Michel d'Aniolo

 [Télécharger Mieux vivre avec l'apnée du sommeil ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mieux vivre avec l'apnée du sommeil ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Mieux vivre avec l'apnée du sommeil Michel d'Aniello

168 pages

Présentation de l'éditeur

L'apnée du sommeil est un syndrome en forte expansion qui est largement lié à notre mode de vie tout en restant fortement sous-diagnostiqué. Fatigué, morose, somnolent la journée et ronfler la nuit ? Si vous êtes de sexe masculin et que vous avez plus de 45 ans, vous cadrez bien avec le profil statistique de ce syndrome. Le syndrome d'apnées obstructives du sommeil est une maladie chronique ; on n'en « guérit » pas mais on cesse d'en subir les effets lorsque le traitement est bien adapté et bien accepté. Vivre avec l'apnée du sommeil est aussi « mieux vivre » puisque de meilleures habitudes de vie peuvent la stabiliser. Cet ouvrage vous donnera des solutions à base de médecines douces et différentes stratégies pour améliorer le sommeil de vos nuits et retrouver des journées normales. Biographie de l'auteur

Michel d'Aniello est pharmacien. De nationalité suisse, il soigne son apnée du sommeil à Lausanne depuis 2003. Dans un témoignage à la fois théorique et pratique, il décrit les diverses options de traitement, de prévention et d'accompagnement qu'il a pu tester avec succès.

Download and Read Online Mieux vivre avec l'apnée du sommeil Michel d'Aniello #RQHJCDKM46F

Lire Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo pour ebook en ligne Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo 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 Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo à lire en ligne. Online Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo ebook Téléchargement PDF Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo Doc Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo Mobipocket Mieux vivre avec l'apnée du sommeil par Michel d'Aniolo EPub

RQHJCDKM46FRQHJCDKM46FRQHJCDKM46F