睡眠障碍与神经内科常见病诊疗实践

郑烁 著



澳門科學出版社
Macao Scientific Publishers

图书在版编目—建议数据

睡眠障碍与神经内科常见病诊疗实践 / 郑烁　著 . —澳门:

澳门科学出版社，2026.09

ISBN 978-99996-58-18-8

Ⅰ. ①睡… Ⅱ . ①郑… Ⅲ . ①神经病学

Ⅳ . ① R741

依据《中国图书馆分类法》提供分类参考数据。

睡眠障碍与神经内科常见病诊疗实践

郑烁　著　　**ISBN 978-99996-58-18-8**

责任编辑：彭　俊

责任校对：何幸祉

装帧设计：何幸祉

出版发行：澳门科学出版社

地　　址：澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座

网　　址：https://www.mospbs.com，https://moaj.mospbs.com

总　　机：+853-62961666

印装公司：广东省盛兴彩印刷发展有限公司

开　　本：787mm×1092mm 1/16　　**印　　张：**11

字　　数：201 千字　　**印　　数：**1~3000

版　　次：2026 年 09 月第 1 版

印　　次：2026 年 09 月第 1 次印刷

如有缺损质量问题，请联系本社销售中心。　　版权所有，违者必究

作者介绍



郑烁

潮州市中心医院 神经内科二科主任、副主任医师

广东省精准医学会认知应用学会记忆与认知障碍分会常委

广东省健康科普促进会心脑血管疾病健康管理分会常委

广东省医学会神经肌肉病及神经电生理专业委员会委员

广东省医学会罕见病分会委员

广东省临床学会神经病学分会认知睡眠学组委员

广东省医学会睡眠医学分会委员

广东省医学会认知医学分会第一届委员

广东省心理健康和精神卫生专家库成员

潮州市医学会睡眠医学分会副主任委员

潮州市医学会认知医学分会副主任委员

中国抗癫痫协会会员

主要研究方向：脑血管病、眩晕、癫痫、睡眠障碍、认知记忆障碍等

前言

睡眠是人体维持生命活动和神经功能稳定的重要过程。良好的睡眠有助于恢复体力，也有助于维持记忆、情绪、认知和自主神经功能。临床工作中，许多神经内科患者都存在不同程度的睡眠问题。失眠、睡眠呼吸障碍、白天嗜睡、昼夜节律紊乱、异态睡眠等情况，常常与癫痫、认知障碍、帕金森病、头痛、眩晕、脑血管病和脑小血管病等疾病相互影响。睡眠问题有时是疾病的伴随表现，有时也会加重原有疾病的症状。因此，神经内科医师需要从整体角度认识睡眠障碍，也需要在诊疗过程中重视睡眠评估和长期管理。

《睡眠障碍与神经内科常见病诊疗实践》以神经内科临床需求为出发点，围绕睡眠障碍与常见神经系统疾病之间的关系展开论述。本书不追求单纯介绍睡眠医学理论，而是强调临床识别、诊断思路、治疗原则和管理路径。全书内容从睡眠医学基础写起，逐步介绍睡眠障碍的评估方法、常用检查和主要类型。随后，本书结合神经内科常见疾病，分别讨论癫痫、认知障碍、帕金森病、头痛、眩晕、脑血管病和脑小血管病中的睡眠问题。最后，本书从综合治疗和病例管理角度进行归纳，力求帮助读者建立较为清晰的临床处理思路。

本书在编写过程中注重实用性和系统性。每一章都尽量结合神经内科临床场景展开。希望读者能够通过本书认识睡眠障碍的常见表现，掌握睡眠相关症状的问诊重点，理解睡眠检查的基本价值，并在常见神经系统疾病管理中主动关注睡眠因素。本书也强调药物治疗与非药物治疗的合理结合，强调患者教育、生活方式干预、共病管理和随访评估的重要作用。这样的编写思路有助于提高临床诊疗的连续性，也有助于改善患者的整体生活质量。

本书适合神经内科医师、全科医师、睡眠医学相关医务人员以及临床医学专业学生阅读参考。由于睡眠障碍涉及多个学科，本书也可为老年医学、康复医学、精神心理和基层医疗工作者提供一定帮助。书中内容难免仍有不足之处，恳请各位专家和读者提出宝贵意见。作者希望本书能够为神经内科睡眠障碍相关疾病的规范识别、科学治疗和综合管理提供有益参考。

目录

第 1 章　睡眠医学基础与神经内科诊疗思路

1.1　睡眠的神经调控与生理功能 …… 2

1.2　睡眠障碍与神经系统疾病的关系 …… 6

1.3　神经内科门诊中的睡眠问题筛查 …… 10

1.4　睡眠障碍诊疗的基本流程 …… 13

第 2 章　睡眠障碍的评估与常用检查

2.1　睡眠相关病史采集与体格检查 …… 18

2.2　常用睡眠量表与睡眠日记 …… 22

2.3　多导睡眠监测与便携式睡眠监测 …… 26

2.4　脑电、影像和实验室检查的配合应用 …… 31

第 3 章　失眠障碍的诊疗实践

3.1　失眠障碍的临床表现与分型 …… 35

3.2　失眠与焦虑、抑郁及躯体症状 …… 40

3.3　失眠障碍的药物治疗原则 …… 42

3.4　认知行为治疗和生活方式干预 …… 46

第 4 章　睡眠相关呼吸障碍与脑血管风险

4.1　阻塞性睡眠呼吸暂停的识别 …… 52

4.2　睡眠低氧与高血压、卒中和认知损害 …… 54

4.3　睡眠相关呼吸障碍的诊断流程 …… 57

4.4　呼吸支持治疗与长期管理 …… 60

第 5 章　嗜睡、昼夜节律紊乱与异态睡眠

5.1　日间嗜睡的临床判断和鉴别诊断 …… 65

5.2　发作性睡病和中枢性嗜睡 …… 68

5.3　昼夜节律睡眠 – 觉醒障碍 …… 71

5.4　快速眼动睡眠行为障碍和其他异态睡眠 …… 73

第 6 章　癫痫与睡眠障碍

6.1　睡眠对癫痫发作的影响 …… 77

6.2　夜间发作与非癫痫性睡眠事件的鉴别 …… 81

6.3　睡眠脑电在癫痫诊断中的应用 …… 83

6.4　癫痫患者睡眠问题的治疗与随访 …… 86

第 7 章　认知障碍与睡眠异常

7.1　睡眠异常与认知下降的关系 …… 90

7.2　轻度认知障碍患者的睡眠问题 …… 92

7.3　阿尔茨海默病及相关痴呆中的睡眠管理 …… 96

7.4　照护场景中的作息调整和安全管理 …… 99

第 8 章　帕金森病及相关运动障碍中的睡眠问题

8.1　帕金森病患者常见睡眠症状 …… 104

8.2　快速眼动睡眠行为障碍与早期识别 …… 107

8.3　不宁腿综合征和周期性肢体运动 …… 109

8.4　运动症状、药物治疗与夜间管理 …… 112

第 9 章　头痛与睡眠障碍

9.1　睡眠不足与头痛发生的关系 …… 116

9.2　偏头痛、紧张型头痛与睡眠问题 …… 118

9.3　头痛患者的睡眠评估和诱因管理 …… 121

9.4　治疗用药、作息调整和复发预防 …… 124

第 10 章　眩晕与睡眠障碍

10.1　眩晕患者的睡眠问题和焦虑表现 …… 128

10.2　前庭性偏头痛与睡眠障碍 …… 131

10.3　慢性主观性头晕与睡眠质量 …… 133

10.4　眩晕患者的综合干预和康复管理 …… 136

第 11 章　脑血管病、脑小血管病与睡眠障碍

11.1　卒中患者急性期和恢复期睡眠问题 …… 140

11.2　脑小血管病与睡眠、情绪及认知损害 …… 142

11.3　睡眠障碍对血管危险因素的影响 …… 145

11.4　脑血管病患者睡眠管理和二级预防 …… 148

第 12 章　神经内科睡眠障碍的综合治疗与病例管理

12.1　药物治疗的选择、调整和风险控制 …… 151

12.2　非药物治疗、健康教育和长期随访 …… 156

12.3　老年患者和共病患者的个体化管理 …… 159

12.4　典型病例分析与临床路径设计 …… 161

第1章　睡眠医学基础与神经内科诊疗思路

睡眠障碍是神经内科临床中经常遇到的问题。患者可以因为入睡困难、夜间觉醒、早醒、睡、日间思睡、夜间行为异常、晨起头痛、记忆下降、情绪波动或者反复发作性症状就诊。部分患者会主动提出睡眠问题，也有部分患者只描述头痛、眩晕、癫痫发作、认知下降、帕金森病夜间症状或者脑卒中恢复期躯体不适感等。医师只有把睡眠障碍放入神经内科整体诊疗框架，才能更早发现病因，也能更合理地安排检查和治疗。

睡眠不是简单的休息状态。睡眠是一种受到中枢神经系统精细调控的生理过程。它与觉醒、情绪、认知、运动、自主神经、内分泌、免疫和代谢活动都有密切关系。睡眠结构受到年龄、疾病、药物、环境和行为方式的影响。神经系统疾病也会通过脑网络损害、神经递质改变、疼痛、运动障碍、呼吸调节异常和心理应激等途径影响睡眠。反过来，长期睡眠障碍也会影响血压、血糖、脑血流、炎症反应、认知表现和情绪稳定性。

本章围绕睡眠医学基础和神经内科诊疗思路展开。第一节介绍睡眠的神经调控和生理功能。第二节讨论睡眠障碍与神经系统疾病之间的相互关系。第三节说明神经内科门诊中睡眠问题的筛查方法。第四节梳理睡眠障碍诊疗的基本流程。

2019 历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases



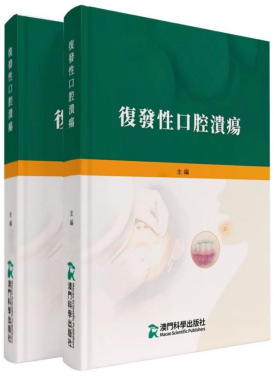
大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地**。



It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.

MACAU TECHNOLOGY GENERAL ASSOCIATION 澳門科技總會
澳門科學出版社 Macao Scientific Publishers
澳门科学出版社（MOSP）
网址：moaj.mospbs.com 电话：+853-62961666
邮箱：book@mospbs.com 邮编：999078
经营场所：中国澳门南湾大马路恒昌大夏F座11楼
禁忌内容或注意事项本资料未能详尽 © 版权所有，翻版必究。



全球发行 · Publishing worldwide

由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.





- 呼吸系统基本基础与临床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 临床肿瘤护理学 Clinical oncology nursing
- 感染性皮肤病学 Infectious dermatology
- 内分泌系统疾病 Endocrine system disease





- 实用小儿内科学 Practical pediatric internal medicine
- 消化系统疾病诊疗学 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 现代中医诊断学 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮肤修复与再生 Skin repair and regeneration

MACAU TECHNOLOGY GENERAL ASSOCIATION 澳門科技總會
澳門科學出版社 Macao Scientific Publishers

澳门科学出版社（MOSP）
网址：moaj.mospbs.com
邮箱：book@mospbs.com
电话：+853-62961666
邮编：999078
经营场所：中国澳门南湾大马路恒昌大夏F座11楼
禁忌内容或注意事项本资料未能详尽 © 版权所有，翻版必究。

出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售字纸印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.

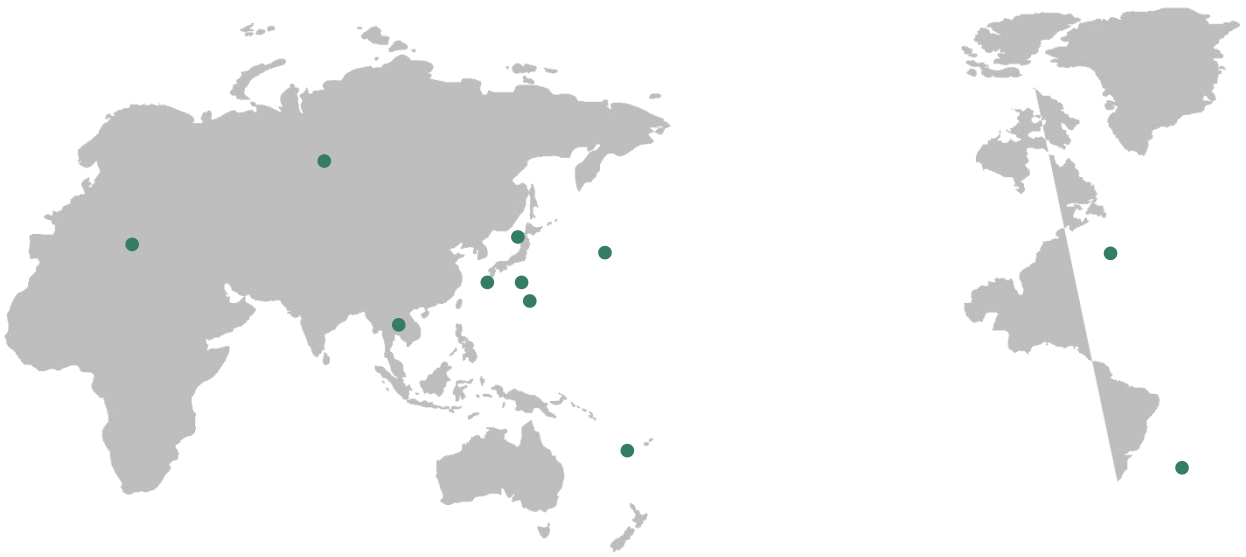


MACAU TECHNOLOGY GENERAL ASSOCIATION 澳門科技總會
澳門科學出版社 Macao Scientific Publishers

澳门科学出版社（MOSP）
网址：moaj.mospbs.com
邮箱：bookt@mospbs.com
电话：+853-62961666
邮编：999078
经营场所：中国澳门南湾大马路恒昌大夏F座11楼
禁忌内容或注意事项本资料未能详尽 © 版权所有，翻版必究。

澳门科学出版社
MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，
打造国际性的科学技术交流平台”



正规国际出版，首选澳科出版

- **学术著作/个人作品 – 优质**
- **中华“强国文化”输出战略 – 翻译后国际出版**
- **数字教材 – 教材出书 & 数字化媒体上线**

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

澳门总部
电话：0853-62961666（澳门）
邮件：book@mospbs.com
地址：中国澳门南湾大马路恒昌大夏F座11楼
网址：www.mospbs.com（英文）| moaj.mospbs.com（中文）

特别提醒：MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。