

# 睡眠的革命从今晚开始

## 一瓶神奇液体 打破睡眠观念

## 耳后轻轻一抹 消除睡眠障碍



### 睡眠 生命的基础

白天人处于活动状态,主要是能量的释放,夜晚人处于睡眠状态。主要是能量的获得。所以说:“睡眠是人的生命基础”。睡眠是大脑运动的休整期,是身体能量的聚积期,科学合理的睡眠是健康身体最基本的保证。

### 重新认识睡眠

美国芝加哥大学与美国康美莱(Hblifeusa)生物研究实验室的研究者在睡眠与健康信息关联课题调查后发现,人的睡眠过程分三个阶段,即浅睡眠阶段、深睡眠阶段、

快波睡眠阶段,每一个阶段会产生相关的生理现象及机体症状。浅睡眠阶段,儿童时期占整个睡眠5%左右,成年时期占整个睡眠15%左右,老年时期占整个睡眠30%左右。

例如我们日常发生的“打呼噜”、“说梦话”、“打瞌睡”,有人叙说自己“整夜未眠”等,都是浅睡眠阶段异常延长引发的生理现象。这主要是大脑精力短暂恢复,而体力依旧疲劳造成的。

深睡眠阶段,儿童时期占整个睡眠65%左右,成年时期占整个睡眠45%左右,老年时期占整个睡眠5%左右。

在深睡眠阶段,人的大脑进入更进一步放松状态,全身肌肉松弛,心率减慢,血压降低,呼吸变浅变缓,全身的各种功能仅维持必要的最低水平,而体内组织自主调节能力增强,激发分泌各种激素分解体内积累脂肪,转化为蛋白质、氨基酸、糖、维生素等物质来营养自身机体细胞和大脑细胞,使体内获得充分的营养供给,为第二天的生理活动打下坚实的基础。所以说大脑反应的快慢、机体免疫力的恢复、皮肤的新陈代谢、儿童骨骼生长发育及内分泌的补充调整和体内积累脂肪的分解等生理活动,都是在充足的深睡眠阶段完成的。因此,深睡眠阶段的不足和消失直接影响脑和机体得不到完全的营养和恢复,如此以来,长时间超负荷的生理透支,必然是造成焦虑、抑郁、暴躁、易激动、神经衰弱、早衰、生理功能障碍、记忆力差、自困、皮肤干燥无光、眼袋凸现、内分泌紊乱、肥胖、便秘及儿童智力低下和身体发育不良等重要原因。

快波睡眠阶段,儿童时期占整个睡眠

30%左右,成年时期占整个睡眠40%左右,老年时期占整个睡眠65%左右。

在快波睡眠阶段里,机体处在熟睡状态,更加松弛,脑部处在觉醒状态,大脑的血流量明显增加,脑神经开始活跃,所以人们做梦和一些疾病如脑溢血、心肌梗塞等疾病的发病时间就发生在这个阶段。

从以上调查结果研究反映出,如何使人具有一个充足的深睡眠,是解决睡眠障碍及其引起其他疾病的基础。

### 失眠危机成为社会问题

#### 神奇助眠植物“离魂草”引发关注

在过去一年中,我国至少有35%的人失眠,17%的人失眠症状相当严重,而睡眠局限在“浅睡眠”的人的比例则高达77.3%。

长期失眠可以带来一系列肌体损害,包括精神无法集中、思考能力和记忆力减退、警觉力与判断力下降、免疫功能低下、内分泌紊乱并直接导致如女性乳腺癌、脑瘤及肾衰等疾病的发生。

据统计,中国成年人中有42.7%的人存在着睡眠障碍的困扰,都市人群尤其,多数人长期依赖多种安眠药物,对身体健康造成许多不良影响。事实上,安眠类药物大多是通过抑制睡眠中枢,强制人体睡眠。长期服用会产生依赖性,严重损伤心、脑、肝、肾和生理机能,更甚或对中枢神经系统产生极大副作用,容易导致反应迟钝、痴呆,重者还会危及生命。因此,专家提醒,失眠慎用安眠药。

一种神秘的植物离魂草(也称哇哇)制成的“施力普睡眠液”进入了人们的视线。离

魂草是主要生长于南太平洋瓦阿图、瑙鲁、斐济等岛国的一种珍贵药用植物,自发现以来一直被奉为“圣品”,因其缓解精神压力、促进睡眠有奇效,甚至不小心一闻就睡着觉,当地俗称为离魂草,天长日久当地人甚至忘记它本来的名字“哇哇”了。

施力普睡眠液正是以“离魂草”为主要原料制成的一种“神奇睡眠”产品。已成为香港、广州、台北等大城市的家庭必备品。据悉,这种产品已登陆郑州并深受失眠患者欢迎!

### 首个延长深睡眠的产品

#### 美国专利睡眠液落户中国

美国康美莱(Hblifeusa)生物科技有限公司就如何延长深睡眠阶段展开研究,在对产自美洲、亚洲和非洲的167种野生草本植物的研究和组合,最终研制出来以神奇助眠植物“离魂草”(也称哇哇)为主要原料的神奇睡眠液施力普睡眠液,取得了美国发明专利(USNO.6028117)。通过对双耳后的睡眠神经兴奋区域的刺激,来达到降低敏感性,快速导眠,从而延长深睡眠时间。它打破了传统治疗睡眠障碍的观念,不吃药、不打针,只需耳后轻轻一抹,有效消除睡眠障碍,是继伟哥之后影响美国民众健康产品的又一次创新,成为美国家庭的必备品。

经过中华人民共和国保健用品卫生标准DB61-266-1998两年检测合格,施力普睡眠液配方具有快速导眠、维持足够的深睡眠时间、提高睡眠质量且无宿醉反应和成瘾性等特点。

### 抑郁与失眠

#### 为何久治不愈?

谈起失眠大家总不会陌生,在我们日常的生活都会因为这样那样的原因而睡不着觉,一、两天睡不着觉多因为短暂精神紧张等因素造成的,也并不会对身体有太大的危害,基本上不需要治疗。一段时间睡眠不足、间断睡眠、或睡得不深才算患有失眠症。而长期失眠就会引发抑郁症。这就是人们对抑郁与失眠症的一般认识,然而,当我们了解睡眠后,抑郁与失眠为何久治不愈的问题就会迎刃而解,其实抑郁也好失眠也罢,其主要原因是睡觉过程中深睡眠阶段的不足和消失造成的,这是因为大脑主要的休息和营养时间是在深睡眠阶段,当深睡眠阶段不足或消失时、长时间大脑又处在长期的疲劳状态下,会引起焦虑、紧张、担心、兴奋等造成情绪不稳定,更加重了失眠。所以只要有了充足的深睡眠阶段,失眠、抑郁就会不治而愈。

### ■深睡眠·老年人

#### 会“睡”的老人不生病

从幼儿到成人至衰老,睡眠陪伴一生,睡眠时间随着年龄的增长而缩短,整个睡眠阶段中的深睡眠阶段变化最大,幼儿时期深睡眠阶段占整个睡眠的60%,而到60岁以后深睡眠阶段只占到5%,甚至消失。正是因为这样的变化结果,我们就不难解释老年人为什么睡眠少、容易生病、衰老快。老年人普遍存在着一种偏见,认为睡眠少是老年机体发展的必然规律,这是非常不科学的。因为深睡眠阶段是人的机体、脑力重新聚集能量的主要阶段,由于深睡眠阶段只占到5%,甚至消失,体力和脑力所以难以得到恢复,这样,机体内各器官的生理功能及相互调节功能就会发生紊乱,从而导致疾病的发生和发展,加速衰老的进程。主要表现为,神经系统过度疲劳,以至发生神经衰弱,体力和脑力劳动效率降低,精力不足,记忆力减退,出现头晕、脑胀、眼花、耳鸣、全身乏力、血压高、严重者还会影响到心脑血管系统、呼吸系统、消化系统的功能,进而导致器质性病变和早衰。不觅仙方觅睡方,老年人只要拥有充足的深睡眠,就会健康和长寿”。

### ■深睡眠·打鼾

#### 打呼噜 抹一抹 有声变无声

打呼噜医学称为打鼾,以前人们认为是睡得香、睡得好的标志,其实不然。现代科学研究发现,人的睡眠过程分浅睡眠、深睡眠和快波睡眠三个阶段,打呼噜主要发生在浅睡眠阶段,由于正常的深睡眠阶段的时间减少或消失,促使浅睡眠阶段时间的相对延长。而人在浅睡眠阶段大脑精力只能得到短暂恢复,而其他肌体组织长时间得不到完全的休息和放松,尤其咽喉周围组织代偿性的高度紧张,当气流



经过这个部位时,刺激并引起局部肌肉抖动,产生打呼噜。长此下去,患者在睡眠中脑力和体力得不到充分的恢复,势必引发心脑血管、呼吸系统、神经系统、内分泌系统、性功能障碍、肾脏等方面的疾病。因此,如何减轻浅睡眠阶段的时间,找回并延长足够的深睡眠阶段的时间,让大脑和肌体得以完全彻底的精力和能量的恢复,才是从根本上解决打呼噜的关键。

### ■深睡眠·女性

#### 睡出好皮肤

#### 好皮肤睡出来

美国康美莱(Hblifeusa)生物研究中心通过七年多时间证实,一天当中皮肤代谢最长的时间是晚上,而人处在深睡眠阶段中代谢分泌最旺盛,给皮肤的营养和能量最充足,加快皮肤新陈代谢,延缓皮肤衰老,所以如何解决深睡眠是靓丽皮肤的关键。

#### 睡眠减肥新方法

说起这种减肥方法的机理,不得不提美国加州的康美莱(Hblifeusa)生物研究中心,它是美国17个州立医疗研究机构之一,

#### 充足深睡眠 减脂好身材

其发表在Lancet杂志上的一项“睡眠减肥”研究结果表明,睡眠与生长激素密切相关。生长激素是只有在深睡眠时自行分泌的一种天然激素,这种激素主要作用加速体内脂肪的燃烧和消耗,促进骨骼和肌肉的生长,所以,70%以上脂肪都是在身体没有活动的状态中进行的,尤其是在睡眠中进行。因此,当使用其他瘦身方法不满足,神奇的施力普睡眠液的睡眠减肥法更适合,不打针、不吃药、不成瘾,只需睡前耳后轻轻一抹,快速进入深睡眠阶段。每天充足深睡眠,睡出好皮肤、好身材。

### ■深睡眠·儿童

#### 每晚孩子涂一涂

#### 睡得好 个子高 更聪明

现代科学研究证明,处在生长发育期的儿童和青少年,成绩的好坏,智商的高低和身体的发育,很大程度上取决于睡眠的质量。在充足的睡眠状态下,脑细胞的能量得到储存。

大脑的耗氧量最少,生长激素的分泌最旺盛,在这种情况下醒后人的大脑思路开阔,思维敏捷,记忆力增强,创造性思维和处理事物的能力大大增强,生长激素更促进骨骼和肌肉的生长和发育。所以说,充足的深睡眠对处在生长发育期的孩子至关重要。

### ■深睡眠·男性

现如今,充斥在许许多多、各式各样的有关男人健康的信息多如牛毛,感觉我们真的不行了,都需要来补补,所以大量吃的、用的各种各样的补品、药品、保健品被许多男性公民观顾过,但依旧雄风不再,无精打采。她强迎接工作上的压力,无言愧对老婆的柔情似水,这到底是怎么了?

难道男人真的需要补补吗?答案是:不需要!因为现代医学研究已经证明,我们只是亚健康的表现,最主要是深睡眠的不足,这也是如今男人最需要的。我们都知道充足的深睡眠阶段,能彻底消除疲劳和恢复体力,如果大脑和身体在一段时间没有得到充足的营养和休息,脑细胞能量得不到储藏,机体的抵抗力下降,神经系统的出现短暂障碍,人的感觉总是昏昏欲睡,记忆力减退,神经紧张,不易睡眠。又处在快节奏的工作压力下,即使“药”撑,也只能做个短暂的伪男人。因此,我们建议还在补或准备补的男人,放弃吧!想做真男人,不如床上有一个充足深睡眠。

难以入眠、睡眠轻浅、心烦多梦、焦虑臆想、抑郁不舒……告别失眠、神经衰弱

# 施力普睡眠液 健康睡眠每一夜

## 五大特点全新解决睡眠问题

- ★独创性: 调节深睡眠, 改善不合理的睡眠结构
- ★权威性: 美国发明专利、中国发明专利
- ★安全性: 无依赖, 100%野生绿色植物提取
- ★方便性: 外用, 耳后一抹轻松入眠
- ★全面性: 解决睡眠障碍及其引发的各种症状



## 天天抹、天天变、香甜好睡眠

使用当晚: 睡的香, 醒后头不晕, 神情清爽, 疲劳消失  
使用一盒: 入睡特快, 面色红润, 头脑清醒, 精神舒畅  
使用1-2个周期: 深睡眠充足, 睡眠好, 免疫力提高, 身体好

使用方法: 外用, 睡前直接滚涂于双耳后10秒即可

打进电话另有惊喜相送! 0371-61786878 61786978

紫荆山堂百医药二楼(商业大厦A区世纪联华(东风路店)易初莲花(紫荆山路店)天方大药房(陇海路与京广路交叉口)泰隆大药房(西郊群艺宫东门)康仁堂(伏牛路小学对面)尖虎屯丹尼斯二楼医药柜丹尼斯(北站店)怀仁堂(黄河路服装市场东侧)蒙世界(南阳路嵩山路)大上海城二楼芝林中原商贸城一楼医药部/九州通大药房(泰岭路岗坡路西100米)经三路世纪联华二楼医药专柜/同德堂(五院对面)/亚细亚一楼四区、七区/郑百一楼医药部/帝湖家世界(航海路与桐柏路交叉口)/聚仁堂药店(河医对面)/新密百货大楼二楼在门口保健精品部/新郑金帝商贸城楼下阳光药店(荣阳路专卖(老干部局旁边))上街金马专卖(人民医院西侧)项义全博药店(新兴路金好来大卖场)暨封生原堂(嵩山商厦对面)/中牟通全大药房(医药公司楼下)/平顶山矿上路中段36号医疗器械城玻璃批发中心/三门峡福寿堂大药房神州连锁(火车站对面)/焦作广益堂大药房(铜马汽车站)济源城隍庙中心一楼电梯口/医药器械保健部/漯河万寿福大药房(亚细亚对面)/商丘永寿堂大药房(陇海路运输中心北侧)/安阳红旗路药店(烟草大厦西侧千年底)/新乡南干道与文峰路交叉口西北角好视力专卖店/濮阳中城大药房(体彩广场对面)/驻马店新街经营六部(雪松路新汽车站红绿灯对面)/南阳万兴东大药店2店(长途汽车站对面)/开封好人缘大药房(东京公园对面)/洛阳第四人民医院对面万国大药房/鹤壁老新汽车站对面远光健康园

以下人群急需施力普睡眠液:难以入眠、睡眠轻浅、心烦多梦、焦虑臆想、抑郁不舒、惊悸健忘、倦怠乏力、头晕头胀、食欲下降、精神压力难以自然缓解等神经衰弱级睡眠障碍者。对失眠引起皮肤衰老有良好的护肤养颜效果。