

## 自律神經失調 失眠

日期：2017/10

姓名：羅小姐 年齡：26 職業：文案設計

患者有嚴重失眠、焦慮及心悸症狀已達3年之久，因長期飽受失眠之苦，外表顯得格外憔悴。據患者陳述一天僅能睡2~3個小時，睡眠品質不佳，無法熟睡，經多名中西醫師整治後狀況仍未見好轉。她每週吸氫5次，每次吸氫20 分鐘並喝下一瓶250ml 的低氬氫水。如此經過她的睡眠時間有了顯著的改善，由原來的每晚只睡2~3 小時增長至5~6 個小時，甚至可以睡到七八個小時，而且是熟睡狀態！