

JOHAN VERBRAECKEN
& WIM SWINNEN

Nooit meer **SNURKEN**



JOHAN VERBRAECKEN
& WIM SWINNEN

Nooit meer **SNURKEN**

De beste
oplossingen bij
slaapapneu

VAN DE
AUTEUR VAN

Slaap.
**Het nieuwe
medicijn**

HOUTEKIET

★ JOHAN VERBRAECKEN en WIM SWINNEN

Nooit meer snurken ★

De beste oplossingen bij slaapapneu

Over snurken wordt vaak lacherig gedaan. Alsof de ronkende slaper er iets aan kan doen. Maar dat klopt niet helemaal.

Akkoord, wie dronken of zwaarlijvig is, heeft meer kans om de nacht niet geruisloos door te brengen. Maar zes op de tien Belgen snurken, en dat ligt lang niet altijd aan alcohol of overgewicht.

Hun bedgenoten kunnen er alleszins niet om lachen. Nog meer alarmerend nieuws: 24 procent van de mannen en 9 procent van de vrouwen lijden aan slaapapneu, een levensbedreigende aandoening.

De opvolger van de bestseller *Slaap. Het nieuwe medicijn*

Waarom snurkt de ene mens wel en de andere niet? Is snurken schadelijk voor je gezondheid? Hoe kun je te weten komen of je aan slaapapneu lijdt? Kun je ervan genezen? Of eraan sterven? Zijn er nieuwe methoden om deze ernstige slaapstoornis te behandelen?

Slaapdeskundige **Johan Verbraecken** en wetenschapsjournalist **Wim Swinnen** halen de onderste steen naar boven over slaap, snurken en slaapapneu.

Het nieuwe boek van dé slaapexpert, onmisbaar voor wie als patiënt of partner te maken heeft met snurken en/of slaapapneu



FORMAAT 14 x 22 cm | UITVOERING geïllustreerde paperback

OMVANG 240 blz. | OMSLAG Buro Blikgoed

ISBN 978 90 8924 898 5 | e-ISBN 978 90 8924 488 8

PRUS € 22,99 | PRUS e-BOOK € 12,99 | uitgeverij HOUTEKIET

<https://www.houtekiet.be/nl/artikelpagina/9789089248985/nooit-meer-snurken>

Verkrijgbaar in elke boekhandel en online