

Πρόλογος	7
Εισαγωγή	9
1.0 Η βύθιση του σώματος μέσα στο νερό	17
Καρδιαγγειακή μεταβολή	19
Αλλαγές στην πνευμονική λειτουργία	25
Κατεχολαμινική απόκριση	30
Νεφρική υπερλειτουργία	31
2.0 Φυσιολογικές αποκρίσεις κατά την άπνοια	35
2.1 Καρδιαγγειακές αποκρίσεις	36
Υπερκαπνία και υποξαιμία	41
Έκθεση του προσώπου και θερμοκρασία περιβάλλοντος	43
Μέγεθος πνεύμονα	47
Είδος άπνοιας	50
Επίπεδο φυσικής κατάστασης	52
Διαφορές ανάμεσα στα φύλα	54
Ηλικία	56
Επίπεδο εξοικείωσης	58
Λειτουργία του αντανακλαστικού κατάδυσης	60
2.2 Κυψελιδική ανταλλαγή των αερίων	68
Εξοικείωση με δραστηριότητες άπνοιας	71
Βύθιση του προσώπου	72

2.3 Αιματολογικές αποκρίσεις	76
Η επίδραση της απνοιακής προπόνησης	81
3.0 Ο έλεγχος της άπνοιας	87
<hr/>	
Ο ρόλος του είδους και του διαλείμματος	94
Βύθιση σώματος και προσώπου	100
Θερμοκρασία νερού	106
Υπεραερισμός	108
Εγκλωβιζόμενος πνευμονικός όγκος	110
Αντανακλαστικό κατάδυσης	112
Προπόνηση άπνοιας	114
Βιορρυθμοί	122
Ηλικία και φύλο	123
Ορισμοί λειτουργικών όρων	127
Βιβλιογραφία	130
Ευρετήριο	140