

Anhang "Das große Buch vom Schlaf"

003 – Kapitel Zwei

Abbildung 1: Die beiden Faktoren, die Wachen und Schlafen steuern.

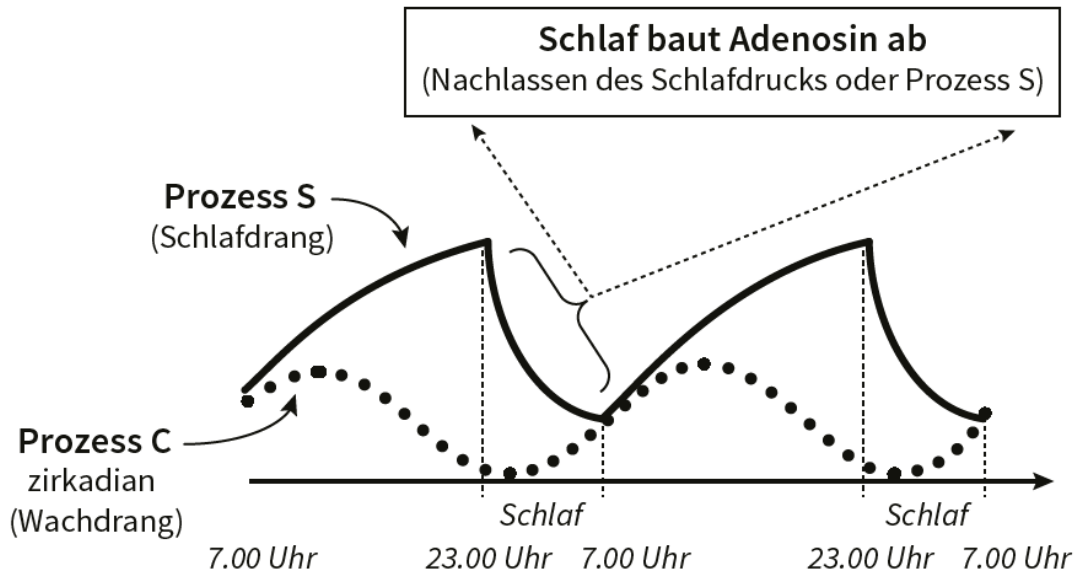


Abbildung 2: Der Drang, wach zu sein.

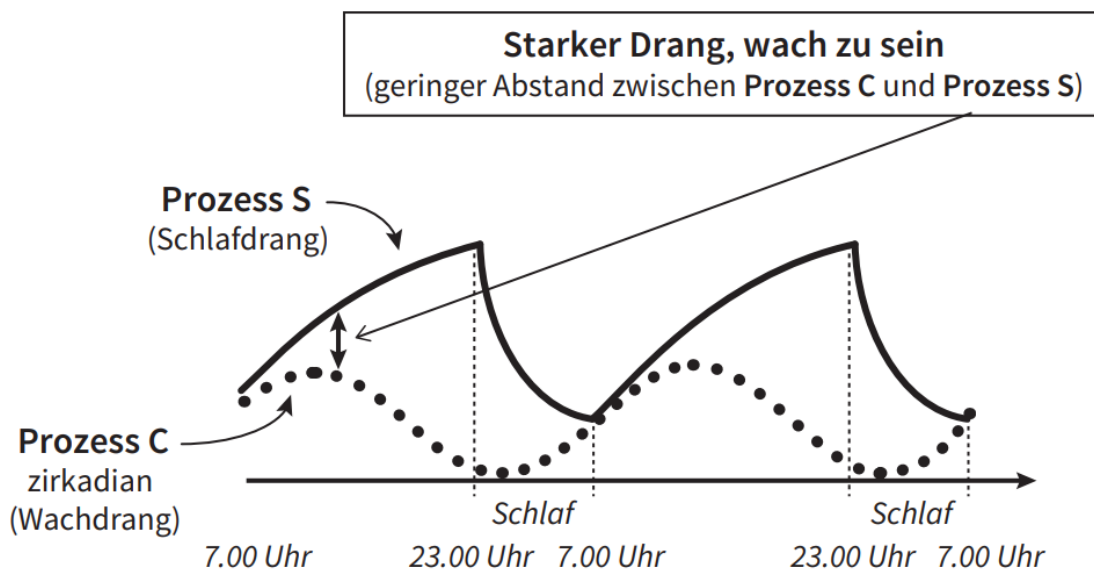


Abbildung 3: Der Drang zu schlafen

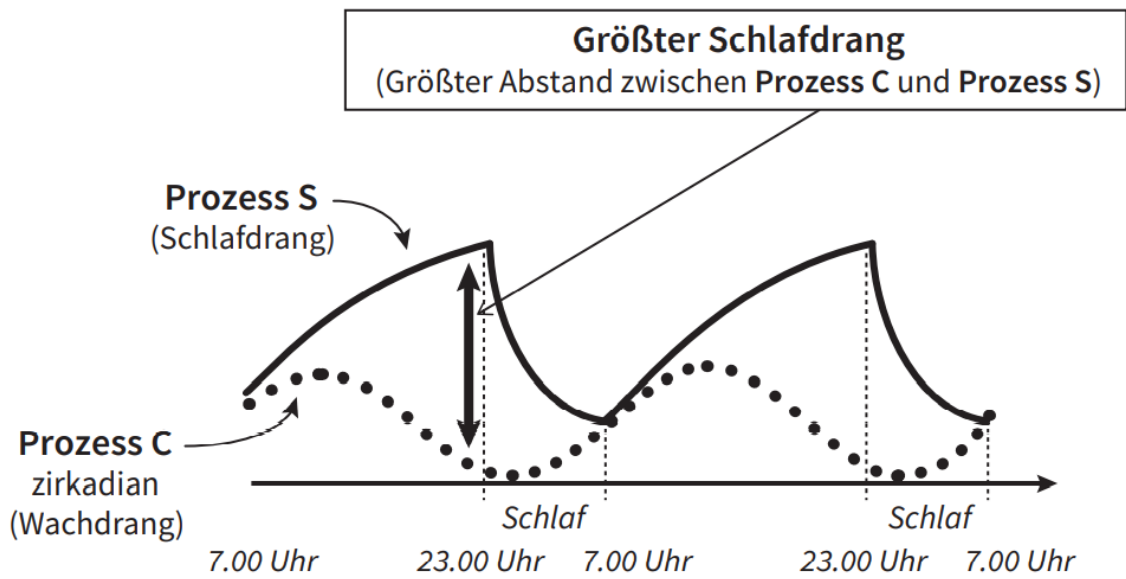
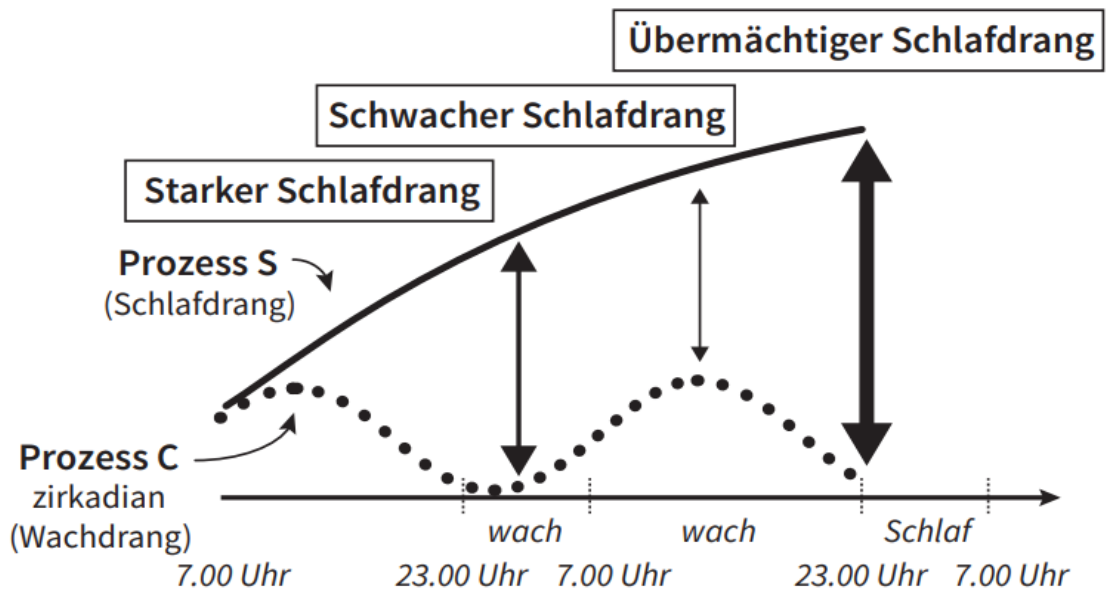


Abbildung 4: Auf und Ab des Schlafmangels



004 – Kapitel Drei

Abbildung 5: die Architektur des Schlafs

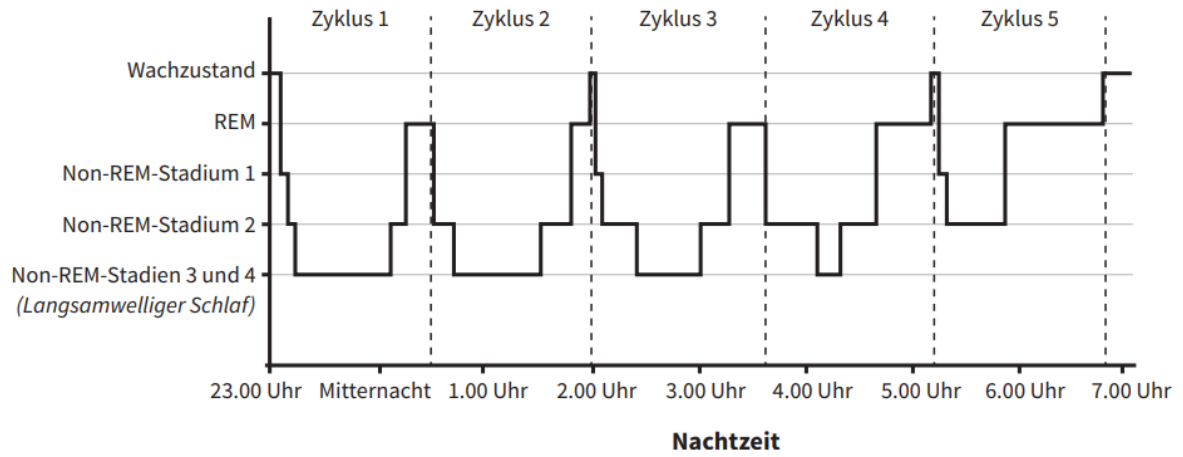


Abbildung 6: die Gehirnwellen im Wachzustand und im Schlaf

