

### **Instuderingsfrågor cirkadianska rytmer/sömn**

Vad menas med begreppet "zeitgeber"?

På vad sätt kan nervcellsaktiviteten i SCN styras av ljus/mörker, och vad styrs av denna nervcellsaktivitet

Vilken roll spelar melatonin för växlingen mellan vakenhet/sömn?

Vilka effekter kan sömnbrist ha på en individ?

Varför bör man inte ha skolarbete kl. 8.00 på morgonen?

Varför kan man bli sömnig/dåsig av medicinering mot åksjuka?

Vad är hypnagoga hallucinationer, och när, och varför, kan de inträffa?

Vad innebär narkolepsi, och varför uppkommer den?

Varför skiljer sig drömmar åt i REM-sömn respektive non-REM-sömn?