

Sömnkliniken



Den Andra Akten

TEXT (medan publiken tar plats):

En sömnutredning består bland annat av en polysomnografi i ett sömnlaboratorium. Med hjälp av EEG (hjärnans aktivitet), EMG (muskelaktivitet) och EOG (ögonrörelser) kartläggs personens sömn under ett antal nätter.

Sömnrubbingar kan delas in i fem kategorier: insomnier, dygnsrytmsstörningar, parasomnier, hypersomnier och andningsstörningar.

Mardröm, nattdräck, sömngång och sömnparalys är olika sorters parasomnier.

Sömnparalys är en tillfällig oförmåga att röra viljestyrd muskulatur som oftast inträffar vid uppvaknandet. Omkring 50 % av den allmänna befolkningen upplever någon enstaka episod av sömnparalys under sin livstid.