

# **Inhalt**

<b>Vorwort</b>	<b>11</b>
<b>1. Schlaf und Gehirn</b>	<b>15</b>
<b>2. Schlafrhythmen</b>	<b>39</b>
<b>3. Schlaf und Evolution</b>	<b>59</b>
<b>4. Die Entwicklung des Schlafes</b>	<b>81</b>
<b>5. Verhalten im Schlaf</b>	<b>103</b>
<b>6. Die Neurologie des Schlafes</b>	<b>125</b>
<b>7. Träumen</b>	<b>151</b>
<b>8. Schlafstörungen</b>	<b>177</b>
<b>9. Die Funktionen des Schlafes</b>	<b>195</b>
<b>Literatur</b>	<b>208</b>
<b>Bildnachweise</b>	<b>209</b>
<b>Index</b>	<b>210</b>