

LABORATOR MYSLI

doc.MUDr. Jitka Bušková, Ph.D.

Spánek a jeho poruchy během vývoje člověka

Jak spí děti i dospělí a co můžeme čekat v pozdějším věku

26. ledna | 19:00 | Městská knihovna v Praze | Mariánské náměstí | Malý sál | 70 Kč

Vývoj spánku v průběhu lidského života představuje fascinující příběh, který odhaluje zásadní proměny v délce, kvalitě i časování spánku od narození až po vysoký věk. Tyto změny úzce souvisejí s neurobiologickým zráním organismu, celkovým zdravotním stavem a prostředím, v němž žijeme.

Autorka nabízí systematický přehled vývojových proměn spánku, zasazuje je do kontextu neurofyzologie a chronobiologie a upozorňuje na jejich klinický význam pro diagnostiku a terapii spánkových poruch v jednotlivých obdobích života.