

OBSAH

1. Úvod / 2
2. Spánkový rytmus / 3
3. Nejčastější poruchy spánku / 4
4. Poruchy spánku u neurologických, psychiatrických a interních onemocnění / 8
5. Spánková hygiena / 10
6. Farmakoterapie nespavosti / 11