

D

Desynchronisation der zirkadianen Rhythmen



Definition

Die Schlafphase liegt regelhaft nicht synchron mit dem physikalischen Tag-Nachtrhythmus.

Siehe auch

- ► „Chronobiologie“
- ► „Jetlag“
- ► „Zirkadiane Schlaf-Wach-Rhythmusstörungen“

Helga Peter¹ und Thomas Penzel²

¹Marburg, Deutschland

²Interdisziplinäres Schlafmedizinisches Zentrum, Charité – Universitätsmedizin Berlin, Berlin, Deutschland

Englischer Begriff

desynchronisation of circadian rhythms