

# SOMNIUS

SØVNFORENINGEN

## Når døgnet har **28:00** timer

1  
20  
21

e-blad

– Det er ikke en søvnforstyrrelse – det er en døgnrytmeforstyrrelse, sier Lena Adams. Hun lider av NON24, som hun kaller det. For Adams sover godt. Det er bare det at «mesterklokka» i hjernen ikke vil innordne seg med døgnet 24 timer. Og dette styrer alle kroppsfunksjonene – fordøyelse, temperatur og immunsystem. **14**

**CPAP-bruk er bra for sexlivet**

**4**



**CPAP-brukere promper mer**

**10**