

Forskningsnotiser

PUBLISERT 10. april 2007

LES OGSÅ

Mobil stressfaktor

Mobiltelefonar kan vera årsak til at menneske får auka stressnivå og dårlegare søvn. Nær ein av seks kan vera avhengig av verktøyet.

LES OGSÅ

Komorbidity ved kronisk insomni

Ny forskning tyder på at behandling av kronisk insomni vil kunna gje store positive helseeffektar i samfunnet.

LES OGSÅ

Husker dårlig og negativt uten søvn

Ny forskning tyder på at søvnmangel får hjernen til å huske dårlig og prioritere lagring av ting det er knyttet negative følelser til.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 4, 2007, side 469