

QUESTIONS / REPONSES / SUR LE SOMMEIL

1° Comment appelle-t-on l'étude électrophysiologique du sommeil :

La somnolytique :

La polysomnographie :

2° La caféine agit :

Pendant 8h :

Pendant 4h :

Pendant 1h :

3° Un bain chaud juste avant le coucher :

Entraîne le sommeil :

Entraîne le réveil :

4° Le sommeil paradoxal est antidépresseur :

Vrai :

Faux :

5° La température de confort dans le lit est :

De 19° C :

De 25° C :

De 32° C :

6° On dort pour se reposer :

Vrai :

Faux :

7° Il faut dormir 8h pour être en forme :

Vrai :

Faux :

8° Un insomniaque est quelqu'un qui ne dort pas assez

Vrai :

Faux :

9° Les heures avant minuit compte double :

Vrai :

Faux :

10° Au cours du sommeil la sexualité est au repos :

Vrai :

Faux :

si cette page vous semble digne d'être sur le site, j'envoie les réponses.

Bien à vous et bises

Lucile