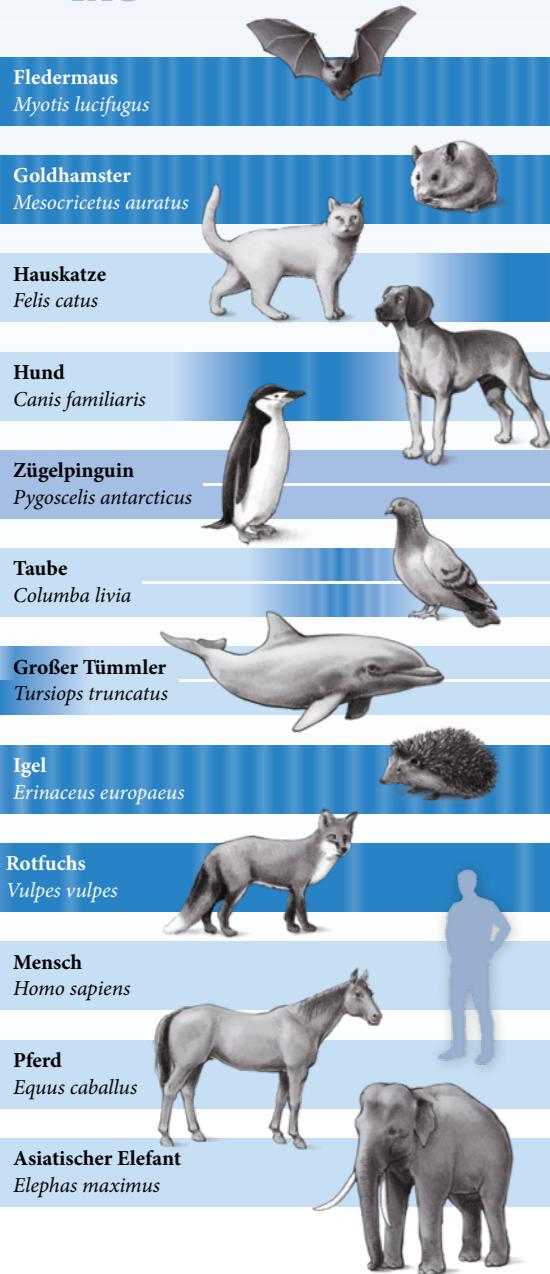


Wie viel schläft welches Tier?

Zu keiner Zeit ist ein Tier so angreifbar wie im Schlaf. Dennoch sind die Ruhephasen lebensnotwendig. Manche Spezies haben deshalb ausgeklügelte Strategien entwickelt, um rasch auf Gefahren zu reagieren.

TAG



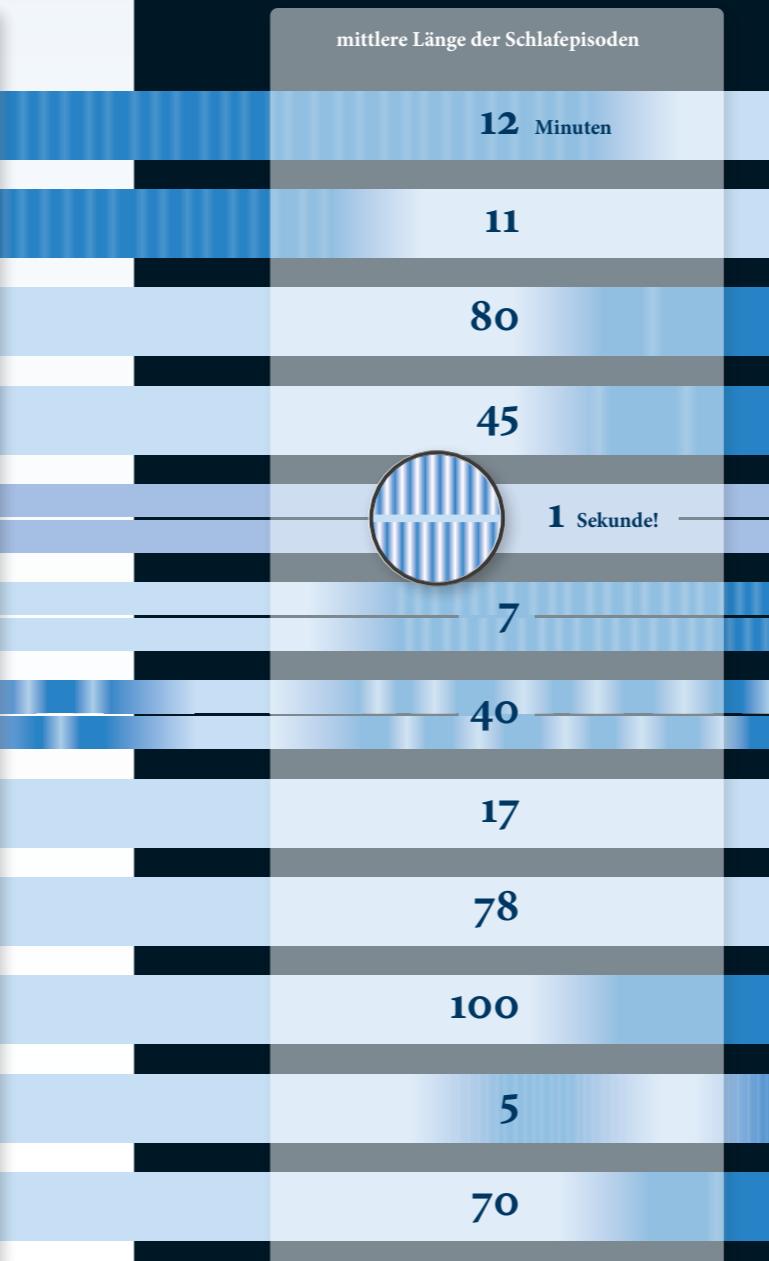
Alle Werte sind gemittelt. Sie stammen aus Studien mit ganz unterschiedlichem Versuchsaufbau. Manche beruhen auf Hirnstrommessungen, andere lediglich auf Bewegungsdaten. Einige Tiere wurden in freier Wildbahn beobachtet, andere in Gefangenschaft. Die Grafik gibt daher nur einen groben Überblick.

Schlafepisoden

Die meisten Tierarten weisen einen polyphasischen Schlaf auf: Sie schlafen in mehreren Phasen, die über den Tag oder die Nacht verteilt sind. Die Phasen wiederum untergliedern sich in mehr oder weniger lange Episoden, zwischen denen das Tier kurz aufwacht. Das erlaubt es ihm, Angreifer schneller wahrzunehmen.



NACHT



Halbseitiger Tiefschlaf

Bei einigen Spezies kann die eine Hirnhälfte schlafen, während die andere wach bleibt. Das ermöglicht es ihnen, schnell auf Gefahren zu reagieren oder – im Fall von Meeressäugern – regelmäßig Luft zu holen. In der Regel wechseln sich Phasen des halbseitigen Schlafs mit solchen ab, in denen das gesamte Gehirn schläft. Häufig ist das Auge, das sich kontralateral zur wachen Hirnhälfte befindet, geöffnet.

REM-ähnlicher Schlaf

Viele Tiere zeigen Schlafphasen, die dem Rapid-Eye-Movement-(REM-)Schlaf von Menschen ähneln. Er hat seinen Namen wegen der schnellen Augenbewegungen, die währenddessen auftreten. Zudem zeigt das Gehirn ähnliche Aktivitätsmuster wie im Wachzustand. Ob die Tiere derweil träumen wie der Mensch, ist in den wenigen Fällen bekannt.