

Recherche de documentation sur le sommeil.

Question du 8 avril 2015

Réponse apporté par les médiathèques de Strasbourg Eurométropole

Vous pouvez contacter le centre du sommeil le plus proche de chez vous qui pourra vous apporter tous les renseignements que vous souhaitez. Il y en a plusieurs dans chaque région.

<http://www.sfrms-sommeil.org/centres-du-sommeil/>

Le site de la Société Française de Recherche et de Médecine du sommeil propose également plusieurs ouvrages sur le sommeil : <http://www.sfrms-sommeil.org/.../revues.../publications/> .

Ensuite, vous pouvez consulter ou emprunter des documents en vous rendant dans une bibliothèque publique près de chez vous. Voici, à titre d'exemple, quelques références issues du catalogue des médiathèques de Strasbourg Eurométropole. En utilisant le mot clé « sommeil » nous obtenons 9 pages de résultats.

* Les mécanismes du sommeil / Sylvie Royant-Parola, dir.. – Paris : Éd. le Pommier : Cité des sciences et de l'industrie, 2013

<http://stras.me/7uw8p>

* Comment dormons-nous ? / I. Arnulf et D. Oudiette . – Paris : Éd. le Pommier, 2008

<http://stras.me/ttgjf>

* Une fenêtre sur les rêves : neurologie et pathologies du sommeil / Isabelle Arnulf . – Paris : O. Jacob, 2014

<http://stras.me/fsiiy>

* Les mécanismes du sommeil : rythmes et pathologies / sous la direction de Sylvie Royant-Parola . – Paris : Éd. le Pommier :

Cité des sciences et de l'industrie, 2007

<http://stras.me/acouz>

Pour trouver des références plus pointues, de niveau universitaire, vous pouvez aussi consulter le catalogue en ligne des bibliothèques universitaires françaises, le SUDOC. Ainsi en effectuant une recherche avec les mots clés « sommeil + physiologie » vous obtiendrez près de 500 résultats !

<http://www.sudoc.abes.fr/DB=2.1/CMD?ACT=SRCHA&IKT=1016...>

Pour finir, voici également quelques sites web abordant la physiologie du sommeil :

– un dossier de l'université de Lyon

<https://sommeil.univ-lyon1.fr/articles/cfes/sante/physio.php>

– un dossier (PDF) de l'université de Montpellier

<http://stras.me/ud5nf>

– un dossier (PDF) du « réseau Morphée » de Paris

http://www.reseau-morphee.com/.../5102543/actes_jns2006.pdf

– une page sur le site Futura Sciences

<http://www.futura-sciences.com/.../d/biologie-sommeil-13340/>