

# Publication / Remaides Suisse sur le sommeil et ses troubles

Remaides Suisse « Le sommeil et ses troubles »

Magazine Remaides Suisse numéro 17, 12 pages



## Dossier : Le sommeil et ses troubles

Le fonctionnement du sommeil reste mystérieux. Bien dormir représente pourtant un élément fondamental dans l'hygiène de vie au quotidien. C'est pourquoi les problèmes liés au sommeil peuvent être très handicapants. Pour les personnes vivant avec le VIH, ils sont un enjeu supplémentaire pour une meilleure qualité de vie. Remaides Suisse se penche sur ce vaste sujet et son lien avec le VIH et s'intéresse plus précisément à l'insomnie qui est le trouble du sommeil le plus fréquent.

[Le dossier](#) en format pdf