





VERSCHLAFEN? AUSGESCHLAFEN!

Es soll ja Leute geben, die halten Schlaf für reine Zeitverschwendung. Für die ist »Faultier« so eine Art Schimpfwort. Dabei scheint das Faultier, das das wohlige Wegdämmern geradezu genussvoll kultiviert, sehr genau zu wissen, was es tut. Was soll auch schon falsch sein an einem Verhalten, dem von der Stubenfliege über den Fisch bis zum Elefanten, vom Fadenwurm über die Stockente bis zum Seelöwen alle, einfach alle Tiere regelmäßig nachgehen! Während sich Elefanten und Giraffen aber nur zwei, drei Stündchen Schlaf pro Tag gönnen, schlummern Streifenhörnchen, Igel und Feldmäuse auch gern 20 Stunden lang am Stück. Primaten bauen sich ein gemütliches Bett in den Baumwipfeln, Pferde schlafen im Stehen mit eingerasteten Gelenken, um bei Gefahr möglichst schnell fliehen zu können. Vögel tun aus Sicherheitsgründen meist abwechselnd immer nur ein Auge zu, so kann sich zumindest jeweils eine Hirnhälfte ausruhen. Manche können sogar beim

Fliegen schlummern: Fregattvögel etwa legen bei ihrem 200 Tage andauernden Flug keine einzige Pause ein, schlafen aber täglich insgesamt immerhin 42 Minuten. Da halten wir's doch lieber mit dem Faultier, dessen Schlafpensum in freier Wildbahn mit zehn Stunden täglich gar nicht so weit über dem des Menschen liegt. Und die Schlafposition? Nun ja, die sollten wir nicht unbedingt nachmachen. Das Faultier hat eine plausible Erklärung für seine scheinbare Trägheit: Da seine nährstoffarme Ernährung bis zu 150 Stunden lang verdaut werden muss, hat es die niedrigste Stoffwechselrate aller Säugetiere vergleichbarer Größe. Das langsame Hangeln durchs Geäst ist also kein Zeichen von Verschlafenheit oder gar Faulheit: Das Tier kann einfach nicht schneller. Immer schön piano, und öfter mal ein Nickerchen. Denn – so lautet eine wissenschaftliche Theorie – beim Schlafen wird im Gehirn wieder Ordnung geschaffen. Nicht nur beim Faultier. **Anke Sauter**