

К такому выводу пришли ученые Университета Северной Каролины в Чапел-Хилл. То, что люди в ночное время будут подвергаться более высоким и более длительным жарким температурам, способствует более серьезным нарушениям физиологии сна. Это ведет за собой нарушения работы иммунной системы, увеличению риска сердечно-сосудистых заболеваний, хронических воспалений и психических расстройств.

Подробнее: <https://lenta.ru/news/2022/08/10/night/>