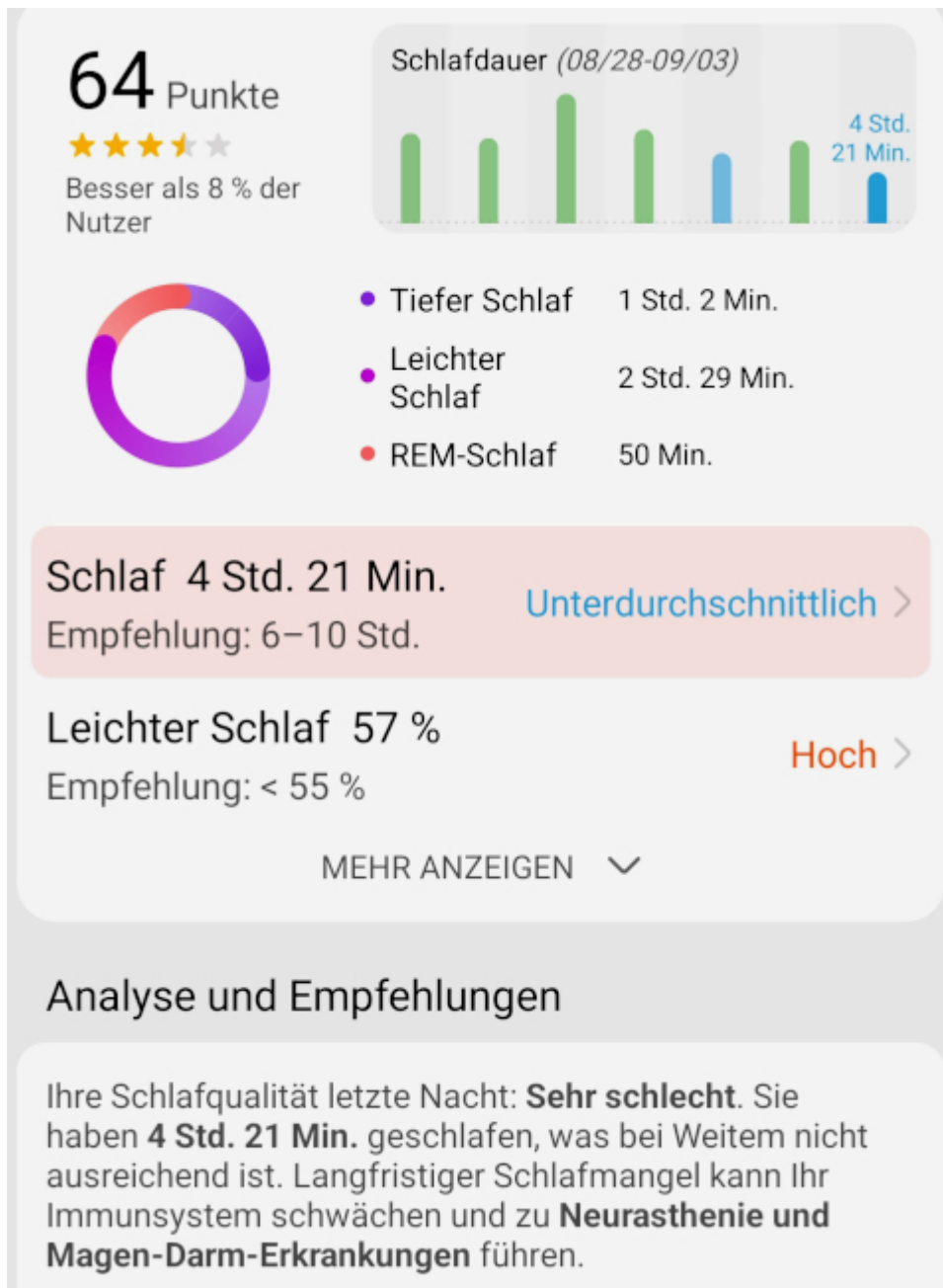


Besser als acht Prozent



Immerhin. Man verzeihe mir eine gewisse Müdigkeit. Ich wechsle jetzt von vier Nachtschichten – davon drei 12-stündigen -, auf drei 12-stündige Tagschichten, mit einem Tag Pause dazwischen. Gesund ist das nicht, aber es ist auch nicht immer so. Morgen also um 3:45 Uhr aufstehen. Das heißt bei dem Schlafdefizit: Ich müsste jetzt schon ins Bett.