

# SCHLAFPARALYSE

*Typische Merkmale der Schlafparalyse wie ...*

*visuelle, akustische  
und/oder haptische  
Halluzinationen*

*Belastung  
der Atmung*

*Schlaffheit der Muskeln*

FLORIAN DIVI | [sleepfirstaid.org](http://sleepfirstaid.org)

*“Der Nachtmahr” von Johann Heinrich Füssli 1781*

