

**Tab. 4.4** Vergleich der Daten von Autonom Health und Beckers et al. (Quelle: Autonom Health®, 2021)

<b>Männer</b>	<b>HR Tag (SD)</b>	<b>HR Schlaf (SD)</b>	<b>pNN50 Tag (SD)</b>	<b>pNN50 Schlaf (SD)</b>
Beckers et al. (2006)	80,8 (10,2)	63,0 (9,1)	8,2 (8,0)	18,3 (16,2)
Autonom Health (2021)	74,7 (9,8)	59,4 (8,6)	8,9 (7,4)	18,8 (14,0)
	<b>Total Power Tag (SD)</b>	<b>Total Power Schlaf (SD)</b>		
Beckers et al. (2006)	2.110 (1.462)	3.297 (2.511)		
Autonom Health (2021)	3.920 (1.744)	5.094 (2.489)		

<b>Frauen</b>	<b>HR Tag (SD)</b>	<b>HR Schlaf (SD)</b>	<b>pNN50 Tag (SD)</b>	<b>pNN50 Schlaf (SD)</b>
Beckers et al. (2006)	85,3 (10,2)	67,3 (8,3)	5,9 (6,1)	15,0 (12,8)
Autonom Health (2021)	78,8 (9,0)	63,3 (8,2)	8,5 (7,0)	18,2 (13,7)
	<b>Total Power Tag (SD)</b>	<b>Total Power Schlaf (SD)</b>		
Beckers et al. (2006)	1.448 (947)	2.066 (1.517)		
Autonom Health (2021)	3.330 (1.389)	4.130 (2.057)		