

Schlafstörungen

Warum manche Kinder in der ADHS-Ecke landen

Zappelig und unausgeglichen: Nicht immer sind das typische ADHS-Symptome bei Kindern. Mitunter können auch Schlafstörungen dahinter stecken. Mit dem Phänomen beschäftigen sich jetzt Forscher auf einer Tagung in Jena.

Nicht nur Erwachsene tun es, auch Kinder schnarchen. Beobachtungen im Schlaflabor haben gezeigt, dass manche sogar so heftig schnarchen, dass es zu Atemnot und ständigen Weckreizen kommt. "Anders als Erwachsene reagieren Kinder tagsüber darauf aber weniger mit Müdigkeit, sondern mit Zappeligkeit und Unaufmerksamkeit", sagt die Schlafforscherin Sabine Scholle vom Robert-Koch-Krankenhaus Apolda. "Sie werden deshalb oft in die ADHS-Ecke gestellt und fälschlicherweise mit Medikamenten behandelt."

Von diesem Freitag an diskutieren Experten das Thema Schlafstörungen bei Kindern auf einer **Tagung der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM)** in Jena.

Den bisherigen Studienerkenntnissen zufolge trete das eigentlich von Erwachsenen bekannte Schlafapnoe-Syndrom - starkes Schnarchen mit Atemaussetzern - etwa bei sieben Prozent der Kleinkinder auf, sagte Kongressleiterin Scholle. "Zur Abgrenzung von ADHS sollten Kinderärzte fragen, ob die Kinder schnarchen", sagte sie. Für eine weitergehende Diagnostik könnten diese dann in ein Schlaflabor überwiesen werden. Nach Angaben der Expertin behandeln mindestens 50 der rund 300 Schlaflabore bundesweit auch Kinder.

Ab wann handelt es sich um eine echte Schlafstörung?

Dazu gehört auch das schlafmedizinische Zentrum Apolda, das 1992 als eines der ersten in Ostdeutschland eröffnet wurde. Es stellt in Jena die nach eigenen Angaben erste nationale Studie zu Normwerten für den Schlaf von Kindern und Jugendlichen vor, in die Daten aus 16 deutschen Laboren eingeflossen sind. "Damit lässt sich abgrenzen, ab wann es sich um eine echte Schlafstörung handelt", sagte Scholle.

Die Labore zeichnen mit spezieller Untersuchungstechnik die Körperfunktionen während des Schlafs auf, was etwa einen Überblick über die Zahl der Atempausen oder der Beinbewegungen gibt.

Die DGSM geht davon aus, dass bei etwa 20 Prozent aller Kinder Schlafstörungen auftreten. Dabei spielten neben dem Alter der Kinder auch bestimmte Umbruchphasen in deren Lebensgewohnheiten eine Rolle, etwa der Wechsel der Kita oder der Schulbeginn, sagte Scholle.

Ein- und Durchschlafstörungen würden von den Eltern allerdings mitunter auch gefördert. "Schreiende Kleinkinder müssen nicht gleich aus dem Bett geholt und gefüttert werden, damit sie wieder einschlafen." Es sei völlig normal, dass Kinder nachts immer einmal aufwachen. "Erst wenn das mindestens viermal pro Nacht und das auch über einen längeren Zeitraum passiert, kann man von einer Schlafstörung reden."

Katrin Zeiß, apa

URL:

<http://www.spiegel.de/gesundheit/schwangerschaft/schlafstoerungen-warum-manche-kinder-in-der-adhs-ecke-landen-a-889045.html>

MEHR AUF SPIEGEL ONLINE:

Langzeitstudie: ADHS belastet Psyche bis ins Erwachsenenalter (04.03.2013)

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,886719,00.html>

Aufmerksamkeitsstörung bei Kindern: Zahl der ADHS-Diagnosen steigt rasant (29.01.2013)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/0,1518,880255,00.html>

Fotostrecke: Mehr ADHS bei Kindern

<http://www.spiegel.de/fotostrecke/fotostrecke-92559.html>

Psychische Krankheiten: Mehr US-Schulkinder erhalten ADHS-Diagnose (22.01.2013)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/0,1518,878965,00.html>

ADHS: Zappelphilipp wird erwachsen (05.10.2012)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/0,1518,859430,00.html>

Wir machen uns mal frei: Mein Leben als (Nerven-)Säge (19.09.2012)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/0,1518,856503,00.html>

Schnarchen und Schlaf-Apnoe: Was gegen das nächtliche Sägen hilft (18.09.2012)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/0,1518,856544,00.html>

Früh eingeschulte Kinder: ADHS ist oft Falschdiagnose (06.06.2012)

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/0,1518,836039,00.html>

MEHR IM INTERNET

Frühjahrstagung der AG Pädiatrie der DGSM: Homepage und weitere Informationen

<http://www.dgsm-paediatric.de/>

SPIEGEL ONLINE ist nicht verantwortlich
für die Inhalte externer Internetseiten.

© SPIEGEL ONLINE 2013

Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit Genehmigung der SPIEGELnet GmbH