

# Schlafwerkstatt Wolke 7

Schlafdiagnostik für Kinder und Jugendliche



©2012

## AMBULANTE POLYGRAPHIE

Information für Ärztinnen und Ärzte

### Wann ist eine ambulante Polygraphie sinnvoll?

#### Leitsymptome im Schlaf:

- geräuschvolle Atmung/Schnarchen
- beobachtete Atempausen
- übermäßiges Schwitzen
- 3 Nebensymptome: Mundatmung  
auffällige Schlafposition  
nächtliches Erwachen

#### Leitsymptome im Wachen:

- vermehrte Müdigkeit
- Konzentrationsprobleme
- Verhaltensauffälligkeiten
- 3 Nebensymptome: Adipositas  
morgendliche Blässe der Haut  
(morgendliche) Kopfschmerzen

### Wie wird die Messung durchgeführt?

Die Schlafmessung findet bei den Familien zu Hause mit einem ambulanten Polygraphiegerät statt. Die Messensoren werden in der Praxis angelegt und am nächsten Morgen von den Eltern wieder entfernt und das Polygraphiegerät in der Praxis abgegeben. Die Auswertung erfolgt in 30 Sekunden-Epochen. Die Ergebnisse werden in einem Report zusammengefasst und zeitnah an die überweisenden Ärztinnen und Ärzte versandt.

### Was leistet die Methode?

- Nachweis, bzw. Ausschluss von Apnoen und Hypopnoeen, Sauerstoffentsättigungen und EKG-Veränderungen
- Differenzierung von zentralen, obstruktiven und gemischten Atempausen
- Hinweis auf Parasomnien (Pavor nocturnus, Schlafwandeln, Alpträume, Enuresis nocturna, rhythmische Bewegungen im Schlaf, Sprechen im Schlaf, Zähneknirschen)
- Erste Abklärung eines Verdachts auf Restless-Legs-Syndrom

### Welche methodische Grenzen gibt es?

- Die Messung funktioniert zuverlässig ab einem Alter von 5 Jahren
- Es besteht das Risiko einer Einschränkung der Aussagefähigkeit bei geringer Kooperation der Kinder
- Es kann zwischen Ruhig Schlaf, Wach und Traumschlaf unterschieden werden, aber nicht zwischen N1, N2 und N3

### Mögliche Auswirkungen auf Therapie und Behandlungsmöglichkeiten

#### Durch zeitnahe Befundmitteilung...

- bessere Kommunikation mit HNO-ärztlichen Kolleginnen und Kollegen durch Gegenüberstellung von morphologischem und funktionellem Befund,
- bessere Indikationsstellung zur konservativen oder operativen Therapie,
- bessere Differenzierung von Verhaltensauffälligkeiten
- Bei Nachweis einer schlafbezogenen Atmungsstörung ist i.d.R. eine Behandlung möglich, von welcher die Kinder und Jugendlichen unmittelbar profitieren.

### Was braucht die Schlafwerkstatt vor einer Polygraphie:

- Eine Überweisung zur Abklärung eines obstruktiven Schlafapnoe-Syndroms (G47.3)
- Name, Adresse und Telefonnummer des Patienten
- Ihre E-Mail-Adresse für den zeitnahen Befundreport.

### Die Bedeutung von schlafbezogenen Atmungsstörungen

für die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen wird immer deutlicher. Epidemiologische Daten zeigen für das Grundschulalter eine Häufigkeit des nächtlichen Schnarchens von 8-10% und des obstruktiven Schlafapnoe-Syndroms von 1%. Das heißt, jedes 10. Kind in dieser Altersklasse schnarcht und jedes 100. Kind hat ein behandlungsbedürftiges OSAS.

Die Nacht beeinflusst direkt den Tag und hat Konsequenzen für das Wachverhalten. Handelt es sich bei dem schnarchenden Kind mit hyperaktivem Verhalten um ein genuines ADHS oder liegt ein behandlungsbedürftiges Schlafapnoe-Syndrom vor? Ähnliches gilt für weitere Komorbiditäten wie z. B. Enuresis nocturna, Lernstörungen, Tagesmüdigkeit und Konzentrationsproblemen. Hier mögliche Zusammenhänge aufzudecken ist das Ziel der Schlafwerkstatt.

Alle Fragen beantworten wir Ihnen gern unter 02223 26226 oder [info@schlafwerkstatt-wolke7.org](mailto:info@schlafwerkstatt-wolke7.org)

**Dr. med. Christian Nowakowski**  
Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin

Godesberger Straße 7 | 53639 Königswinter  
Telefon: 02223-26226 | Fax: 02223-905960

E-Mail: [info@schlafwerkstatt-wolke7.org](mailto:info@schlafwerkstatt-wolke7.org)  
[www.schlafwerkstatt-wolke7.org](http://www.schlafwerkstatt-wolke7.org)