

Narkolepsie

Hellwach und doch verschlafen

Die Narkolepsie sieht man den Betroffenen, wie viele andere Krankheiten, nicht an, doch sind die plötzlich auftretenden Symptome sehr belastend und schränken die Lebensqualität deutlich ein. Zusätzlich erfahren Personen mit Narkolepsie durch die Umgebung häufig Ausgrenzung und Ablehnung.

■ Die Häufigkeit dieser Erkrankung, die bei Kindern und Erwachsenen auftritt, liegt bei 2–5 auf 10 000 – Narkolepsie fällt damit in die Kategorie der seltenen Krankheiten. Ungefähr 4000 Menschen sind in der Schweiz davon betroffen, viele jedoch nicht adäquat diagnostiziert. Diese neurologische Erkrankung zeichnet sich durch verschiedene Symptome aus, die einzeln oder in Kombination auftreten können und von Tagesschläfrigkeit, Kataplexien, über gestörten Nachtschlaf, eine Schlafähmung bis zu Halluzinationen reichen. Deshalb kann bei der Narkolepsie von einem Symptomkomplex oder Syndrom gesprochen werden [1–3].

Schlafattacken führen zu sozialem Rückzug

Anfängliches Symptom bei einer Mehrheit der Patienten ist eine exzessive Tagesschläfrigkeit. Durch monotone Verrichtungen wie Lesen langer Texte, Autofahren, Fernsehen, ermüdende Gespräche oder auch beim Essen tritt anfallsartig ein Sekundenschlaf auf, der von wenigen Sekunden bis zu wenigen Minuten dauert [2]. Auch ausreichende Nachtruhe bringt keine Besserung, denn die Symptome können bereits wenige Stunden nach dem Aufwachen auftreten. Dabei können sich die Betroffenen die Zeitpunkte dieser Schlafattacken nicht selber aussuchen, denn sie treten spontan auf. Die Personen mit Narkolepsie ziehen sich deshalb mehr und mehr zurück und vermeiden Situationen in der Öffentlichkeit, da ihr Verhalten auf andere Menschen irritierend wirkt. Als Folge einer länger dauernden Krankheit treten zunehmend Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen sowie Gewichtszunahme auf [2–4].

Kataplexie – Umfallen durch Lachen

Das zweite sehr eindrückliche Symptom der Narkolepsie ist die Kataplexie, ein kurzzeitiger Kontrollverlust der Haltemuskulatur ohne Bewusstseinstrübung. Ausgelöst durch starke

Emotionen wie Überraschung, Freude, Erschrecken, Scham oder Lachen versagen die mimische wie auch die bilaterale Nackenmuskulatur und die der Knie. Der Patient knickt ein, fällt um oder Dinge fallen ihm aus der Hand. So schnell wie die Symptome kommen, verschwinden sie wieder, sie können jedoch mehrfach am Tag auftreten. Die Frequenz der Symptome variiert dabei erheblich und sie sind auch beim Absetzen von antikataleptischen Medikamenten gehäuft zu beobachten.

Wach und müde im Wechsel

Ein abnormer Schlafrhythmus ist das dritte und häufigste Symptom, das bei der Narkolepsie zu beobachten ist. Dabei finden Patienten für wenige Stunden Schlaf, um dann wieder hellwach zu liegen. Diese Situation lässt sich auch am Tag beobachten, da die Betroffenen nachts zu wenig Erholung finden. Begleitet wird dieses Symptom von der Schlafähmung, der vorübergehenden Unfähigkeit – am Übergang vom Wachzustand zum Schlafen oder vom Schlafen zum Wachzustand –, willkürliche Bewegungen auszuführen oder zu sprechen. Durch Berührung oder Ansprechen kann dieser Zustand beendet werden. Als Begleitsymptom dieses Übergangs vom Wach- in den Schlafzustand und umgekehrt werden vereinzelt auch visuelle, taktile oder auditive kurze Halluzinationen beschrieben, die von den Betroffenen als wirklichkeitsnah wahrgenommen werden. Solche Symptome treten auch im Zusammenhang mit Kataplexien auf.

Eine Diagnose erfolgt durch einen Facharzt oder in einem Zentrum für Schlafforschung entsprechend der Anamnese. Häufig wird eine Abklärung sehr spät eingeleitet, da die Betroffenen sich unverstanden fühlen und die Symptome zu kaschieren versuchen, um nicht als faul oder launisch zu gelten. Wichtig in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass beim Bedienen von Maschinen oder beim Autofahren

für die Betroffenen eine erhöhte Unfallgefahr besteht.

Infos für Arzt und Patienten:

www.orpha.net

www.hellwach-narkolepsie-erkennen.de

www.dng-ev.de



Dr. Frank Grossmann

Stiftung Orphanbiotec

Founder & CEO

Einsiedlerstrasse 31a

8820 Wädenswil

www.orphanbiotec-foundation.com

Literatur:

1. Mayer G: Narkolepsie. Genetik – Immunogenetik – Motorische Störungen. Blackwell Wissenschafts-Verlag, Berlin, Wien 2000.
2. Mayer G: Narkolepsie – Taschenatlas spezial. Georg Thieme Verlag, Stuttgart 2006.
3. Geisler P: Hypersomnie, Narkolepsie und Tagesmüdigkeit. UNI-MED Verlag AG, Bremen, 1. Aufl. 2009.
4. Lundahl A, Nelson TD: Sleep and food intake: A multisystem review of mechanisms in children and adults. J Health Psychol June 2015; 20: 794–805, doi:10.1177/1359105315573427.