

Wenn die Träume plötzlich laufen lernen

Autor(en): **Oberholzer, Michael / Rothweiler, Jörg**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(2008)**

Heft 90: **Schlafstörungen bei Parkinson = Troubles du sommeil et Parkinson = Il disturbi del sonno nel Parkinson**

PDF erstellt am: **21.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-815567>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Wenn die Träume plötzlich laufen lernen

Das Problem ist bekannt, das Wissen darüber aber sehr beschränkt: Manche Parkinsonkranke werden zu Schlafwandlern. Nun will ein Forschertrio des Universitätsspitals Zürich das Phänomen untersuchen.

Von Michael Oberholzer/jro

Ihr Leiden raubt vielen Parkinsonkranken den Schlaf. Zum einen treten bei ihnen gehäuft die auch bei gesunden Menschen bekannten Schlafstörungen wie Ein- und Durchschlafprobleme auf. Andererseits verhindern Parkinson-spezifische Störungen wie der nächtliche Tremor und Muskelkrämpfe, aber auch Halluzinationen und andere Verwirrheitszustände in der Übergangsphase vom Schlaf zum Wachsein eine erholsame Nachtruhe. Überdies können Dystonien, Schmerzen, Steifheit (Akinese), Harndrang oder Inkontinenz die Nacht zur Tortur werden lassen.

Vielfältige Probleme in der Nacht

Beim Einschlafen, aber auch im Nicht-Traum (NREM)-Schlaf können «Restless Legs» (unangenehme, schmerzhaft empfundene in den Beinen, Unruhe am Abend) oder ähnliche Beschwerden auftreten. Ihre Häufigkeit bei Parkinsonkranken wird auf fünf bis 40 Prozent geschätzt. Zwar nimmt der Tremor beim Einschlafen und im NREM-Schlaf typischerweise ab – doch kann ein starker Tremor das Einschlafen erschweren. Das von klar am meisten Patienten beklagte Schlafproblem ist die (teils auch tagsüber vorhandene) Akinese. Leider helfen die üblichen Parkinsonmedikamente hier nur wenig. Eben-

falls häufig erwähnt, aber als weniger störend empfunden werden regelmässig auftretende Beinbewegungen sowie verstärkte, nicht regelmässige Muskelzuckungen und verlängerte Kontraktionen der Extremitäten im NREM-Schlaf.

Etwas seltener werden Parasomnien beobachtet. Dabei handelt es sich um unerwünschte, sich meist durch Bewegungen manifestierende Ereignisse, die (fast) immer Schlaf-assoziiert sind respektive im Schlaf auftreten. Sie werden nach dem Schlafstadium klassifiziert, in dem sie auftreten (s. Interview S. 15). Vor dem Erwachen können bei Patienten schmerzhaft Verkrampfungen der Extremitäten, typischerweise der Beine oder der Füsse (morgendliche Fussdystonie), auftreten. Parkinsonmedikamente mit längerer Halbwertszeit helfen meist. Nur wenige Patienten erleben schon vor der ersten Medikamenteneinnahme am Morgen eine deutliche, vorübergehende Besserung der Beweglichkeit und der allgemeinen Befindlichkeit. Dieser «sleep benefit» ist wissenschaftlich ungeklärt.

Den ganzen Tag über schlapp und müde

Obwohl Studien belegen, dass mehr als 60 Prozent der Parkinsonkranken an Schlafproblemen leiden, sind die nächtlichen Störungen noch keineswegs vollumfänglich erforscht.

Zum Fragebogen in diesem Magazin

«Beteiligen Sie sich an der Umfrage!»

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser

Wir erforschen systematisch Schlaf-Wach-Probleme. Nun wollen wir – mit Ihrer Hilfe – untersuchen, ob Schlafwandeln bei Parkinsonkranken gehäuft auftritt und ob dabei ein Zusammenhang mit gewissen Krankheitsmerkmalen oder anderen Schlafstörungen besteht. Parkinson Schweiz unterstützt unsere Forschung und hat daher unseren Fragebogen diesem Magazin beigelegt.

Unsere Studie wird umso repräsentativer, je mehr Parkinsonpatientinnen und -patienten den Fragebogen retournieren. Ihre Angaben werden strikt vertraulich behandelt und nur in anonymisierter Form zu wissenschaftlichen Zwecken genutzt. Eventuell werden wir Sie später telefonisch kontaktieren, um Sie zu einer genaueren Befragung und Untersuchung zu uns in die Klinik einzuladen.

Bitte retournieren Sie den Fragebogen bis 31. August 2008.

Aus Gründen der Auswertung und Vergleichbarkeit der Daten ist der Fragebogen nur in deutscher Sprache vorhanden – wir bitten Sie dafür um Verständnis.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

*Prof. Dr. med. Claudio Bassetti, Dr. med. Rositsa Poryazova und
Prakt. med. Michael Oberholzer*



Foto: jro



Illustration: Dina Stern - Freidlin

Mit am besten untersucht ist die oft auftretende Tagesmüdigkeit. Die Betroffenen müssen tagsüber Schlaf nachholen oder schlafen spontan ungewollt ein. Im Extremfall ist die Umkehr des Tag-Nacht-Rhythmus möglich. Die Tagesmüdigkeit gründet auf der vielfach verschlechterten Schlafqualität sowie auf depressiven Episoden. Sie kann aber auch durch ein Schlaf-Apnoe-Syndrom (Atempausen im Schlaf) oder das Restless-Legs-Syndrom ausgelöst werden. Zudem können Parkinsonmedikamente (zum Beispiel Dopaminagonisten) Schläfrigkeit und Schlafattacken am Tag verursachen. Auch wurde jüngst gezeigt, dass es bei fortgeschrittenem Parkinson zum Verlust von Hypokretin-produzierenden Nervenzellen im Gehirn kommt. Hypokretin aber fördert die Wachheit. Ist nicht genug davon vorhanden, kann Tagesschläfrigkeit die Folge sein.

Morgens neben dem Bett aufgewacht...

Besondere Beachtung schenkt die Forschung der REM-Schlafverhaltensstörung, einer bei Parkinson und anderen degenerativen Erkrankungen des Nervensystems auftretenden REM-Parasomnie. Sie kennzeichnet sich durch erhöhte Muskelaktivität in der REM-Phase (intensiver Traumschlaf), in der bei gesunden Menschen die Muskulatur völlig entspannt ist. Dadurch kann es zum Ausführen veränderter Traum inhalte kommen: Der Betroffene schreit, lacht, schlägt um sich, zuckt oder springt respektive fällt gar aus dem Bett.

Studien zufolge leiden 30 bis 50 Prozent der Parkinsonkranken an dieser Schlafstörung – die interessanterweise schon Jahre vor den ersten Parkinsonsymptomen auftreten kann. Die Diagnose ist mal schwierig, mal augenfällig – weil es in der Regel einen im eigenen Schlaf nachhaltig gestörten oder gar geschlagenen Partner braucht, damit sie erkannt wird. Der Patient selbst träumt nämlich meist und bemerkt da-

her die Störung nicht. Bei anhaltenden unklaren Schlafstörungen, bei Verletzungen im Schlaf oder bei erhöhter Tagesmüdigkeit sollte eine Untersuchung im Schlaflabor in die Wege geleitet werden. Die medikamentöse Behandlung ist in zirka 90 Prozent aller Fälle erfolgreich.

...oder nachts aus der Haustüre spaziert

Manchmal ist es schwierig, die beschriebene REM-Parasomnie vom Schlafwandeln, einer in der Nicht-Traum-Phase auftretenden NREM-Parasomnie, abzugrenzen – obwohl die beiden Störungen nicht selten zusammen auftreten. Schlafwandeln muss zudem klar von nächtlichen epileptischen Anfällen differenziert werden.

Beim Schlafwandeln erinnern sich die Patienten nicht an ihre – teils komplexen – Handlungen, die von einfachem Herumgehen über das Einschenken von Getränken und Zubereiten von Speisen bis zum Verlassen des Hauses reichen können. Erwachen die Schlafwandler dabei, sind sie verwirrt und können sich die Situation primär nicht erklären. Da Schlafwandeln ein hohes Verletzungsrisiko bedeutet, sind Diagnosestellung und Therapie sehr wichtig. In erster Linie muss die Umgebung gesichert werden. Zudem ist in vielen Fällen eine medikamentöse Behandlung erfolgreich.

Schweizer Studie soll nun Klarheit bringen

Unklar ist bis heute, ob auch diese Schlafstörung bei Parkinson gehäuft auftritt. Die diesbezüglich verfügbaren Daten sind rar und oft ungenügend gut gestützt. Nun soll das Phänomen an der Poliklinik der Universität Zürich genauer untersucht werden (siehe Interview S. 15 und beiliegenden Fragebogen). Die ersten Resultate der Studie werden für das Frühjahr 2009 erwartet – und dann im Magazin **Parkinson** veröffentlicht. ■