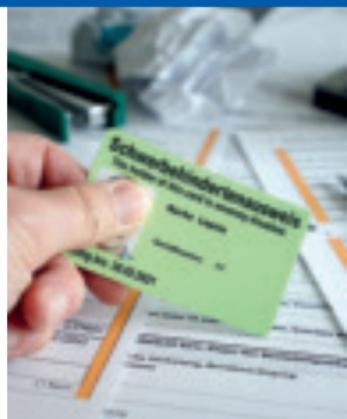


# NARKOLEPSIE



- INFORMATIONEN
- HILFSANGEBOTE
- KONTAKTE





## NARKOLEPSIE – URSACHE UND DIAGNOSE

### DIE KRANKHEIT

Narkolepsie ist eine chronische, neurologische Erkrankung. Sie ist durch eine **exzessive Tagesschläfrigkeit** und oft einer Reihe zusätzlicher Symptome gekennzeichnet. Darunter fallen unter anderem **Kataplexien, Schlaf-lähmungen, Halluzinationen, Schlaf-fragmentierung, automatisches Verhalten** und **lebhaft (Alb-)träume**.

Narkolepsie ist eine Erkrankung, von der etwa 40.000 Menschen in Deutschland betroffen sind. Sie kann in fast jedem Alter auftreten. Gegenwärtig gibt es keine Heilung, jedoch können Medikamente und Änderungen des Lebensstils das Leben mit Narkolepsie erleichtern.

### DIE URSACHE

In den meisten Fällen von Narkolepsie kommt es zu einem **Verlust von Nervenzellen**. Diese produzieren den Botenstoff **Hypokretin** (auch: **Orexin**). Er spielt eine wichtige Rolle in der **Regulation der Schlaf-wach-Phasen**.

Man nimmt an, dass die Schädigung dieses wichtigen Systems die **Folge einer Autoimmunreaktion** ist. Diese kann durch eine Kombination aus genetischer Veranlagung und eines Angriffs des eigenen fehlgeschlagenen Immunsystems verursacht werden.



## DIE DIAGNOSE

Der **Verdacht** auf Narkolepsie kann nur durch eine **Diagnostik im Schlaflabor** bestätigt werden. Dort wird zuerst durch eine sorgfältige Befragung eine Krankheitsgeschichte ermittelt (**Anamnese**). Damit wird die mögliche Ursache und die Art der Symptome bestimmt.

Im Schlaflabor werden eine Reihe von diagnostischen **Tests** veranlasst: Diese sind meistens mit einer oder mehreren **Übernachtungen im Schlaflabor** verbunden. Es wird dabei eine **Messung der elektrischen Aktivität des Gehirns, der Augen- und Muskelbewegungen und der Atmung** während des Schlafens durchgeführt (Polysomnografie).

Der **Multiple Schlaflatenztest** (MSLT) ist ein sehr weit verbreiteter diagnostischer Test für Narkolepsie.

Menschen mit Narkolepsie schlafen in der Regel rasch ein. Man spricht von einer geringen „Schlaflatenz“. Ebenfalls wird das Schlafstadium aufgezeichnet, welches gleich beim Einschlafen auftritt.

**Wenn man kurz darauf anfängt zu träumen** (REM-Schlaf), gilt dies als Hinweis auf das Vorliegen einer Narkolepsie. Solche Episoden werden als „Sleep Onset Rapid Eye Movement Periods“ (SOREM) bezeichnet.



Des Weiteren wird durch eine **Blutprobe** untersucht, ob eine **genetische Veranlagung für Narkolepsie** (HLA-Assoziation) vorliegt.

In unklaren Fällen wird manchmal eine **Entnahme des Nervenwassers** aus dem Rückenmarkskanal durchgeführt (Lumbalpunktion). So wird der **Orexinspiegel** ermittelt. Zeigt sich hier ein niedriger Wert, dann weist dies auf eine Form von Narkolepsie hin.

## DIE BEHANDLUNGSOPTIONEN

Es ist möglich, die Symptome der Narkolepsie **medikamentös** zu behandeln. Zum einen werden gegen die Tages-schläfrigkeit **Stimulanzien** („Wachmacher“) eingesetzt, zum anderen können andere Wirkstoffe auch die durch die Narkolepsie hervorgerufenen Beschwerden lindern.

Diese Behandlung kann die Symptome nicht vollständig beheben. Deshalb sind **Verhaltensanpassungen** und **Copingstrategien** zusätzlich empfehlenswert, um die Erkrankung zu **akzeptieren** und zu **kontrollieren**.



Hier erhalten Sie weitere Infos  
rund um die Narkolepsie.



## DIAGNOSE: NARKOLEPSIE – WAS NUN?

**Nach Erhalt der Diagnose werden viele Fragen für Sie entstehen:**

- Bin ich jetzt schwerbehindert?
- Wenn ich nicht mehr arbeiten kann, was soll ich nun tun?
- Gibt es Möglichkeiten, zu lernen, wie man mit der Krankheit bestmöglich umgehen kann?
- Muss ich jetzt meinen Führerschein abgeben?
- Auf was soll mein Umfeld nun achten?
- Werde ich eine Belastung für meine Familie sein?

### **SIE SIND NICHT ALLEIN!**

In Selbsthilfegruppen treffen Sie auf Menschen, die bereits vor denselben Fragen standen und Ihnen Tipps und Mut geben können. Egal, ob Sie direkt als erkrankte Person oder indirekt als zum Umfeld gehörend von Narkolepsie betroffen sind.

[www.narkolepsie-netzwerk.de](http://www.narkolepsie-netzwerk.de)



# UNTERSTÜTZUNG BIETET DAS

## NARKOLEPSIE NETZWERK e.V.

Wir sind ein gemeinnütziger, eingetragener Verein für an Narkolepsie erkrankte Personen, ihre Angehörigen und alle weiteren Interessierten mit dem Ziel, vielfältige Hilfestellungen zu bieten:

- Bereitstellung von Fakten zur Krankheit
- Informationen über Medikamente, ihre Wirkungsweise sowie über Behandlungs- und Therapieansätze
- Bundesweite Regionalgruppen mit regelmäßigen Treffen zum persönlichen Erfahrungsaustausch
- Herstellung von Kontakten untereinander und zur Beratung
- Enger Kontakt zu Fachärzten und erfahrenen Therapeuten
- Präsentation von Ergebnissen aus Wissenschaft und Forschung
- Bekanntgabe von Terminen zu Veranstaltungen und Fachtagungen

 [info@narkolepsie-netzwerk.de](mailto:info@narkolepsie-netzwerk.de)

 [www.narkolepsie-netzwerk.de](http://www.narkolepsie-netzwerk.de)

Freundlich überreicht durch:

