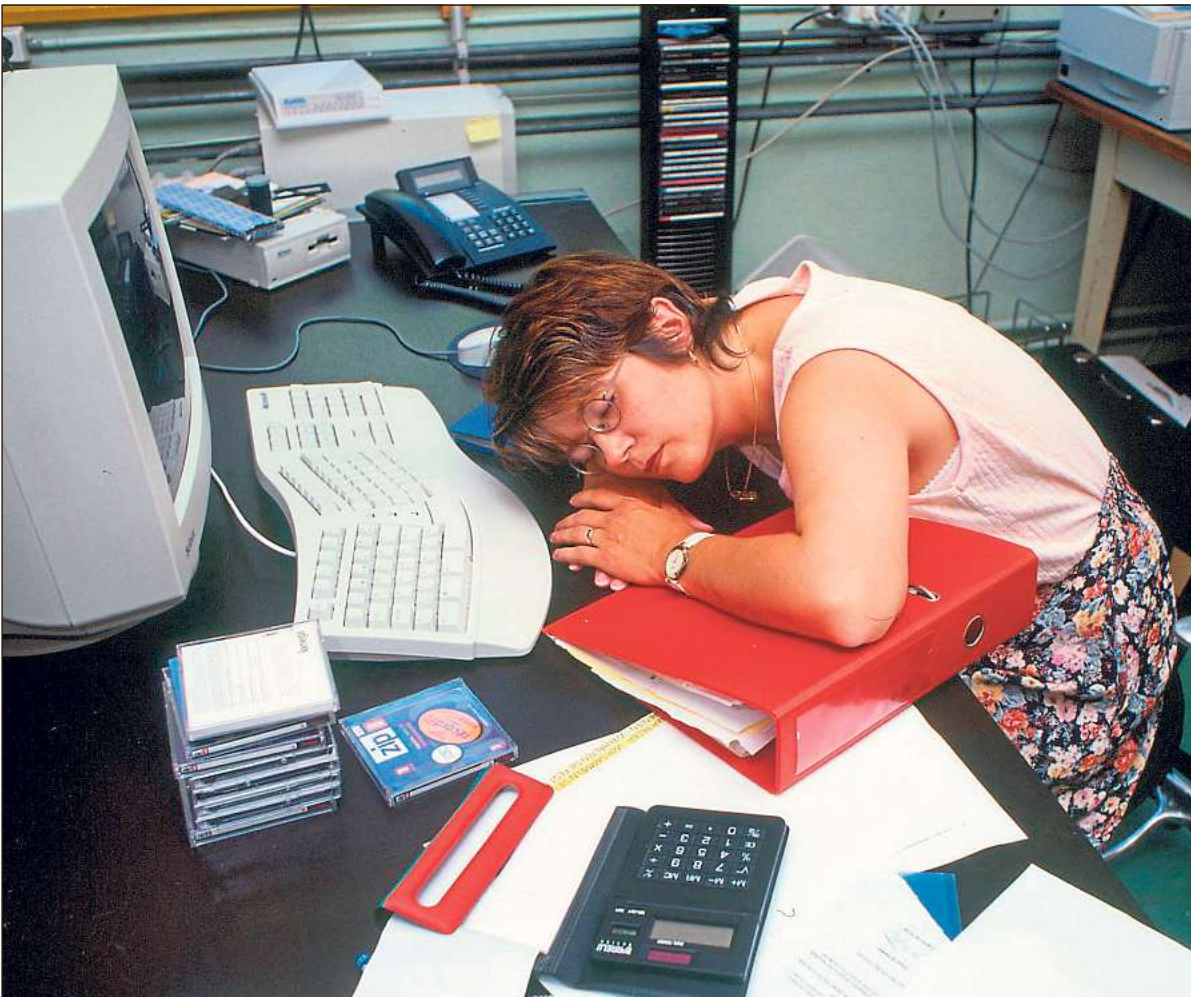


# Chronisch übermüdet

Wer nicht nur nachts, sondern auch tagsüber von plötzlichem Schlaf überfallen wird, leidet an Narkolepsie. Schlafmediziner Prof. Dr. Peter Young vom Universitätsklinikum Münster informiert über die seltene Krankheit.

**Als Narkoleptikerin** lässt sich ein Kurzschlaf am Arbeitsplatz nicht vermeiden.  
Bilder: dpa



Von unserem Redaktionsmitglied IRIS KRÖNAUER

„Narkolepsie ist eine seltene Krankheit, bei der die Betroffenen dauerhaft an Tagesschläfrigkeit leiden“, erklärt Prof. Dr. Peter Young, Direktor der Klinik für Schlafmedizin und Neuromuskuläre Erkrankungen am Universitätsklinikum Münster. „Das hat nichts damit zu tun, dass jemand die Nacht durchgefeiert hat und daher müde ist, sondern der Betroffene leidet unter zwanghaftem Einschlafen.“

Die Ursachen der Tagesschläfrigkeit seien noch nicht hinreichend erforscht, sagt er. Bislang werde von einer genetischen Veranlagung ausgegangen, zu der eine Reaktion des Immunsystems

wie zum Beispiel auf die Schweinegrippeimpfung hinzukomme, erklärt Young. „Die Krankheit bricht bei den Patienten häufig entweder zwischen dem 20. und 30. oder zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr aus und ist nicht heilbar.“ Die Behandlung erfolgt durch Medikamente, mit denen das zwanghafte, plötzliche Einschlafen hinausgezögert werden kann. Dadurch kann der Erkrankte gezielter Pausen im Arbeitsalltag einlegen anstatt vom Schlaf überfallen zu werden.

„Weitere Symptome der Narkolepsie können automatisches Verhalten, Halluzinationen und Schlaf lähmungen sein“, zählt Young auf. Beim automatischen Verhalten führt der Narkoleptiker eine Aufgabe weiter und rea-

giert auf andere, obwohl er sich bereits in einem schlafähnlichen Zustand befindet. Außerdem können beim Einschlafen Halluzinationen auftreten. Andere Narkoleptiker wiederum leiden beim Aufwachen unter einer Schlaf lähmung und können sich nicht bewegen.

Eine besondere Form der Narkolepsie ist die Narkolepsie mit Kataplexie. „Laien sprechen vom Lachschlag“, sagt Young. Denn der Narkoleptiker mit Kataplexie verliere beim Lachen auf einen Schlag die Kontrolle über seine gesamte Muskulatur und falle hin. Von seinen Patienten wisse er, dass sie daher versuchten, lustigen Situationen aus dem Weg zu gehen.

„In Deutschland sind 40 000

Menschen an Narkolepsie erkrankt“, sagt der Facharzt. Es wäre gut, wenn sich Arbeitnehmer im Berufsalltag oder Studenten in der Universität in Ruheräume zurückziehen könnten, um kurz zu schlafen. Aber aufgrund der Seltenheit der Erkrankung halte er die Einrichtung solcher Räume für illusorisch. Der Experte rät daher den Betroffenen, offen mit der Krankheit umzugehen. „Schlafzentren stellen zum Beispiel Atteste für Schüler und Studenten aus, mit denen sie für eine Klausur mehr Zeit nutzen dürfen.“ Angehörigen rät er zu Verständnis, dass die Betroffenen schlafen müssen und nicht faul seien. Die Medikamente könnten dies auch nicht verhindern, nur hinauszögern.

## Hintergrund

„Narkolepsie ist unter Laien als Schlafsucht bekannt“, erklärt Professor Dr. Peter Young. Es ist eine Nervenkrankheit, bei der die Regulierung des Schlaf-Wach-Zustands im Hypothalamus im Gehirn gestört ist, so dass der Betroffene nicht nur nachts, sondern auch tagsüber auf der Stelle schlafen muss. „Auch bei Pferden

und Hunden wurde bereits Narkolepsie festgestellt“, ergänzt Young.

Auch die Medien greifen das Thema auf: In dem Film „My Private Idaho“ spielt einer der Darsteller einen Narkoleptiker. Und Homer Simpson leidet in der 27. Staffel der Fernsehserie „Die Simpsons“ daran. **(ick)**

**Dauerhaft übermüdet:** Mit Narkolepsie wird der Tag zur Nacht.

