



Pressemitteilung

Jugendliche aus sozial schwächeren Familien haben häufiger Schlafschwierigkeiten

23.10.2019 – Ungefähr jedes 5. Kind hat Schlafschwierigkeiten und Jugendliche aus sozial schwächeren Familien sind dabei einem erhöhten Risiko ausgesetzt. Dies waren Ergebnisse einer Studie des Forschungszentrums für Zivilisationserkrankungen (LIFE Child) der Universität Leipzig. „Wir empfinden das als sehr besorgniserregend“, sagt Christiane Lewien, Medizinstudentin an der Universität Leipzig, die im Rahmen ihrer Doktorarbeit in der Forschungsgruppe um Professor Dr. Wieland Kiess und Dr. Tanja Poulain an der Studie beteiligt war. Es sei dringend notwendig, hier weitere Studien zur Kausalität anzusetzen, um den Zusammenhang besser zu verstehen und Familien mit niedrigerem sozialem Hintergrund gezielt unterstützen zu können. Die Ergebnisse dieser Studie werden auf der 27. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM), die vom 7.-9. November 2019 in Hamburg stattfindet, vorgestellt.

Da Schlafschwierigkeiten ein zunehmendes Problem für die öffentliche Gesundheit darstellen, ist es wichtig, sich einen Überblick über besonders gefährdete Personengruppen zu verschaffen. Im Kindes- und Jugendalter haben Schlafstörungen in den letzten Jahren zugenommen. Worin liegen die Schlafschwierigkeiten und wie sind sie verteilt? Um dies zu klären, wurden im Rahmen der LIFE Child-Studie in Leipzig 1.902 4–17-jährige Kinder und Jugendliche zu Schlafschwierigkeiten befragt. „Von 855 4-9-Jährigen beantworteten die Eltern einen Fragebogen und 1.047 10–17-Jährige gaben Selbstauskunft. Es wurden Zusammenhänge zwischen Schlafauffälligkeiten und dem Alter und Geschlecht der Kinder sowie der sozialen Stellung der Familie untersucht“, erklärt Frau Lewien das Vorgehen. Bei 22,6% der 4–9-jährigen und 20% der 10–17-jährigen Kinder und Jugendlichen wurden Schlafauffälligkeiten festgestellt. Wie zu erwarten, wurden unter Kindern besonders Widerstand beim Zubettgehen und Durchschlafschwierigkeiten angegeben, während Jugendliche vorwiegend Tagesschläfrigkeit berichteten. Während Geschlechtsunterschiede bisher meist nur ab der Pubertät beschrieben sind, zeigte sich in dieser Studie auffälliges Schlafverhalten bereits im Kindesalter häufiger bei Jungen und im Jugendalter häufiger bei Mädchen. Zusätzlich zeigten die Analysen bei den 10–17-Jährigen, dass Jugendliche aus niedrigeren Sozialschichten mehr Schlafschwierigkeiten angaben, als jene aus höheren Sozialschichten. Warum dieser Zusammenhang erst im Jugendalter zu beobachten ist, muss noch näher untersucht werden. Möglicherweise werden Verhaltensweisen, die die Schlafqualität mindern und in niedrigeren Sozialschichten häufiger zu beobachten sind (z.B. körperliche Inaktivität, Mediengebrauch, schulische Überforderung) erst in diesem Alter relevant.

Alle Informationen zur Jahrestagung der DGSM finden Sie unter www.dgsm-kongress.de. Bitte wenden Sie sich gern mit Ihren Fragen an den Pressekontakt!

Pressekontakt:

Conventus Congressmanagement & Marketing GmbH, Romy Held
Tel.: 03641/3 11 62 80, E-Mail: romy.held@conventus.de