

# INNHOOLD

Søvn og søvnforstyrrelser hos barn .....	7
Normal søvn.....	9
<i>Døgnrytmen</i> .....	9
<i>Søvnstadiene</i> .....	11
Forandring av søvnen med alderen .....	16
Søvnvansker hos barn .....	23
<i>Spedbarnskolikk</i> .....	23
<i>Barnet som ikke vil sove</i> .....	25
<i>Barnet våkner og er urolig om natten</i> .....	27
<i>Døgnrytmeforstyrrelser hos småbarn</i> .....	29
Søvnjengeri og annen uro i søvne .....	31
<i>Søvnjengeri (somnabulisme)</i> .....	33
<i>Forvirret oppvåkning</i> .....	34
<i>Nattlige skrekkanfall</i> .....	36
<i>Mareritt</i> .....	37
<i>Å snakke i søvne</i> .....	40
<i>Å skjære tenner i søvne (bruxisme)</i> .....	40
<i>Hodedunking («headbanging»)</i> .....	41
<i>Restless legs syndrome (RLS)</i>	
– «urolige ben» .....	41
<i>Periodic leg movements (PLM),</i>	
«periodiske bevegelser under søvn» .....	42
<i>Nattevæting (enuresis nocturna)</i> .....	44
<i>Kan det være epilepsi?</i> .....	47

Det trette barnet . . . . .	51
<i>Barn som snorker om natten og er trette om dagen</i>	53
<i>Snorking</i> . . . . .	53
<i>Obstruktivt søvnapné syndrom (OSAS)</i> . . . . .	54
<i>Økt motstand i øvre luftveier</i> <i>(upper airway resistance syndrome, UARS)</i> . . .	54
<i>Konsekvenser av OSAS og UARS</i> . . . . .	54
<i>Downs syndrom</i> . . . . .	58
<i>Prader-Willis syndrom</i> . . . . .	59
<i>Narkolepsi</i> . . . . .	60
<i>Årsak</i> . . . . .	66
<i>Diagnostikk</i> . . . . .	68
<i>Søvnregistreringer</i> . . . . .	70
<i>Behandling</i> . . . . .	71
<i>Idiopatisk hypersomni</i> . . . . .	73
<i>Kleine-Levins syndrom</i> . . . . .	74
Søvn hos barn med atferdsvansker . . . . .	77
<i>AD/HD (Attention deficit hyperactivity disorder)</i> . . . . .	78
<i>Insomni ved Aspergers syndrom (AS) og høyt fungerende autisme (HFA)</i> . . . . .	80
Større barn og ungdom . . . . .	82
<i>Forsinket søvnfasesyndrom hos større barn og ungdom</i> . . . . .	84
Hvordan undersøkes søvnen . . . . .	90
<i>Kartlegging av sykehistorien</i> . . . . .	90
– <i>Aktimetri</i> . . . . .	92
– <i>Søvnregistrering (polysomnografi)</i> . . . . .	93
– <i>Multippel søvnlatenstest (MSLT)</i> . . . . .	95
– <i>Elektroencefalografi (EEG)</i> . . . . .	95
Spørsmål og svar . . . . .	97
Ordliste . . . . .	104
Litteratur . . . . .	110
Bilag . . . . .	121