

Studie rundt premature og søvnproblemer

Har barn født ekstremt prematurt med søvnproblemer mer atferdsproblemer og mer luftveissymptomer enn barn født ekstremt prematurt uten søvnproblemer?

Av Kristine Marie Stangenes, barnelege/PhD-stipendiat, Barne- og ungdomsklinikken, Haukeland Universitetssykehus, Bergen, Klinisk institutt 2, Universitetet i Bergen

Tilfredsstillende søvn er en viktig del av barns utvikling og livskvalitet, og barn født ekstremt prematurt (EPT) har oftere søvnproblemer gjennom barndommen enn barn født til termin. Barn født EPT har også økt risiko for atferdsproblemer og lungesykdom i oppveksten, men vi vet ikke hvordan dette eventuelt påvirker søvnen deres. Det ønsket vi å undersøke.

Søvnproblemer, søvnvaner, atferd, lungehelse med mer ved 11-årsalder ble kartlagt ved hjelp av et spørreskjema til foreldene. I tillegg svarte også barnas lærere på spørsmål om barnas atferd. Følgende søvnproblemer ble undersøkt ved 11-årsalder: vansker med å sovne eller hyppige nattlige oppvåkninger, snorking, søvnighet på dagtid og for kort søvnlengde.

Deltakelse

221 EPT-barn deltok i den aktuelle studien. Vi fant at 27 % av dem hadde vansker med å sovne eller hyppige nattlige oppvåkninger, 28 % snorket, 17 % hadde problemer med søvnighet på dagtid og 17 % hadde for kort søvnlengde (< 9 timer).

EPT-barna som hadde vansker med å sovne eller hyppige nattlige oppvåkninger, snorking eller søvnighet på dagtid, ble rapportert til å ha mer atferdsproblemer av både foreldre og lærere. Vi fant også sammenheng mellom alle de fire typene søvnproblemene og lungehelse. Søvnighet på dagtid var det søvnproblemet som var assosiert til mest luftveissymptomer.

Trengs mer forskning

Studien gir ikke svar på hvorfor EPT-barn med søvnproblemer har mer atferdsproblemer og mer luftveissymptomer enn EPT-barna uten søvnproblemer. Det kan tenkes at det er det at hjerneutviklingen er påvirket av

prematurfødsel, som er årsak til både økt forekomst av søvnproblemer og atferdsproblemer hos disse barna. Dette vet vi imidlertid ikke noe sikkert om. Her er det behov for mer forskning.

Det er kjent at lungesyntomer ved lungesykdommer kan forverres på natten og påvirke søvnen, men hva som er mekanismen bak sammenhengen mellom luftveissymptomer og søvnproblemer hos EPT-barna er ikke kjent. Det er også her behov for mer forskning.

Vi fant at mange av EPT-barna snorket. Snorking kan være et symptom på obstruktiv søvnapne (pustepauser under søvn). Det er kjent at barn født prematurt har økt risiko for obstruktiv søvnapne og barn født prematurt som snorker bør utredes med tanke på dette.

Studien utgår fra Prosjekt Ekstrem Prematuritet: <https://www.westpaed.com/prematurity>

Kilde:

Sleep problems, behavioural problems and respiratory health in children born extremely preterm: a parental questionnaire study Stangenes KM, Hysing M, Elgen IB, Halvorsen T, Markestad T, Bjorvatn B. *BMJ Paediatr Open*. 2019;3(1):e000534. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6733321/>)



Søvn: Hvilken sammenheng har søvnproblemer med atferdsproblemer og luftveissymptomer hos de ekstremt premature? (Illustrasjonsfoto: privat)