



Österreichische
Selbsthilfegruppe für
Betroffene & Angehörige,
die an einer Störung
der Schlaf-Wach-
Regulierung leiden

Narkolepsie

wird im Volksmund auch Schlafkrankheit genannt. Das herausragendste Symptom ist eine erhöhte Tagesschläfrigkeit.

Narkoleptiker*innen stehen so gut wie nie ausgeruht auf, und wenn doch, sind sie nach kurzer Zeit wieder todmüde.

Das hat aber nichts mit zu wenig Schlaf, mit langem Ausgehen oder mit spät zu Bett gehen zu tun!

Narkolepsie ist eine neurologische Krankheit, der eine Störung der Schlaf-Wach-Regulierung im Gehirn zugrunde liegt.

Die Krankheit kann in jedem Alter auftreten und **zählt zu den Autoimmunkrankheiten**.

Medikamente können helfen, die Symptome zu lindern, **eine Heilung ist jedoch nicht möglich**.

Die Symptome können von Patient*in zu Patient*in sehr unterschiedlich ausgeprägt sein.

Narkolepsie hat nichts mit mangelnder Intelligenz zu tun.

Narkolepsie ist keine psychische Erkrankung.

Narkoleptiker*innen sind keine Faulpelze oder Simulanten.

Narkoleptiker*innen sind ganz normale Menschen – mit einem eigenen Schlafrhythmus.

Symptome

1. Tagesschläfrigkeit

ist entweder ständig vorhanden oder tritt in Form von anfallsartigen Schlafattacken von meist nur wenigen Minuten auf. Häufig kann ein Schläfchen von 15 bis 30 Minuten die Schläfrigkeit der nächsten paar Stunden beseitigen.

Ohne diese kann die Einschlafneigung unweigerlich werden.

2. Kataplexien

Kurzandauernde und plötzliche Erschlaffung der Gesichts-, Arm- oder Beinmuskulatur, die durch Emotionen wie Lachen, Erschrecken, Freude usw. ausgelöst wird. Je nach Schweregrad eines Anfalls führt die Erschlaffung der Muskeln zu undeutlichem Sprechen oder Stimmverlust, zum Fallenlassen von Gegenständen, zum Weichwerden der Knie, bis hin zum vollständigen Zusammensinken. Das Bewusstsein ist während einer Kataplexie nicht beeinträchtigt.

Eine Narkolepsie kann auch diagnostiziert werden, wenn keine Kataplexien auftreten.

3. Schlaflähmung

bei intensiven Träumen fallen Betroffene in eine Schlaflähmung, eine sogenannte Schlafparalysie. Man möchte aufstehen, das Licht einschalten- doch der Körper ist in der Muskelerschlaffung des REM-Schlafes „gefangen“. Dieses Phänomen kann beim Einschlafen und beim Erwachen auftreten. Der Narkoleptiker ist wach, doch der Körper schläft.

Die ÖNG,

ist eine Selbsthilfereinigung von Betroffenen und Angehörigen, die durch Zusammenarbeit mit erfahrenen Ärzt*Innen und dem Austausch untereinander helfen wollen, besser mit den Problemen der Krankheit fertig zu werden:

Verbesserung der Lage von Personen, die an Narkolepsie und ähnlichen Erkrankungen der Schlaf-Wach-Regulierung leiden.

Verständnis für die Erkrankten durch Aufklärung der Öffentlichkeit.

Förderung und Forschung über Ursachen und Behandlung der Narkolepsie.

Veranstaltung regionaler und überregionaler Treffen für die Mitglieder.



KONTAKT:

OBFRAU: Jennifer Bocek
Fesslers 17
A-6914 Hohenweiler
+43 664 135 24 33
bocek.jennifer@gmail.com

facebookgruppe: Narkolepsie/Kataplexie Österreich

www.narkolepsie.at

Spendenkonto:

RB Region Gallneukirchen
IBAN: AT72 3411 1000 0031 9293
BIC: RZOOAT2L111

Partner Organisationen, Vereine & Selbsthilfegruppen:



Gefördert aus den Mitteln der Sozialversicherung

selbsthilfe salzburg

DACHVERBAND DER SELBSTHILFEGRUPPEN



SELBSTHILFE STEIERMARK

jugend am werk



Selbsthilfe

Tirol



SELBSTHILFE

BURGENLAND



Selbsthilfe

Kärnten



SSN

Schweizerische Narkolepsie Gesellschaft

Société Suisse de Narcolepsie

Società Svizzera di Narcolezia

