

Vedr.: Effekten af massive kroniske søvnproblematikker hos børn

Det er over de seneste år blevet almindeligt kendt, at en god nats søvn er af afgørende betydning for os som mennesker, i forhold til at kunne fungere såvel fysisk som psykisk, og der er efterhånden en udbredt viden i befolkningen om, de helbredsmæssige risici, der er forbundet med at leve med et permanent søvnunderskud.

På arbejdsmarkedet er der en accept af og en viden om, at søvnunderskud og vekslende arbejdstider er skadeligt, hvorfor man har indført en række bestemmelser, for at sikre at personer med vekslende arbejdstider, og lange vagter, ikke bliver syge.

Men der er en gruppe i vores samfund, der i denne sammenhæng er overset, det er gruppen af børn og unge der lider af kroniske søvnproblematikker, og deres familier.

At have et barn eller en ung med en kronisk søvnproblematik, betyder at hverken barnet/ den unge selv, eller deres forældre, får den mængde søvn der skal til, for at kunne fungere optimalt. Det betyder at mange af disse børn/unge og deres forældre udsættes for en kronisk belastning, i form af et permanent søvnunderskud, dette kan føre til indlæringsvanskeligheder, nedsat evne til at præstere på arbejdet, glemsomhed, manglende overskud til at indgå i sociale relationer, stress, depressioner og psykoser, og fysiske effekter som fedme, blødningsforstyrrelser, barnløshed, diabetes, uregelmæssig hjerterytme, forhøjet blodtryk, hjertesvigt, slagtilfælde, en forhøjet risiko for kræft, og i værste fald død.

Alligevel tages søvnproblemer hos børn ikke alvorligt.

Det kroniske søvnunderskud er en ond cirkel, der påvirker familielivet på mange områder:

- 1) Mange familier, oplever at det er nødvendigt at forældrene skiftes til at sidde vågen som nattevagt, til at tage vare på barnet indtil det sover, eller når det vågner om natten.
- 2) Mange familier, oplever at det kroniske søvnunderskud, fylder så meget, at det kan være svært at finde overskud til at varetage opgaverne i hjemmet, og imødekomme familiens øvrige børns behov.
- 3) Mange familier, oplever at det kroniske søvnunderskud gør at de isoleres, idet der ikke længere er overskud til at pleje sociale relationer.
- 4) Mange familier, oplever at forældrenes parforhold lider uoprettelig skade, af det pres familien er under, og det fører ofte til skilsmisser.
- 5) Mange familier, oplever det som voldsomt grænseoverskridende at skulle vække et barn, de ved måske kun har sovet 2-3 timer og sende det i institution eller skole, og mange føler at de er tvunget til at gøre skade på deres barn.
- 6) Mange familier, oplever at børnene, fungerer rigtigt dårligt i skolen, får dårlige karakterer, og ikke danner sociale relationer i skolen.
- 7) Mange familier, oplever fysiske og psykiske reaktioner på det kroniske søvnunderskud, både hos forældre og børn, men mange familier oplever, at når de påtaler det, bliver de mødt med en holdning fra samfundets side om, at hvis børn ikke sover om natten, er det forældrenes skyld, fordi de ikke er vedholdende nok.

8) Mange familier, oplever ligeledes, at når de søger hjælp fra kommunen til aflastning, Tabt Arbejdsfortjeneste eller hjælpemidler, at blive mødt med manglende forståelse, for familiens situation, og en manglende viden om de potentielle fysiske og psykiske konsekvenser, af et permanent søvnunderskud.

9) Disse familier oplever at blive presset af kommunen, og oplever at være i forhøjet risiko for at få barnet fjernet og anbragt, fordi den mistrivsel der opstår hos børn der ikke sover, i mange tilfælde massivt påvirker deres evne til at passe deres skolegang, og mange familier oplever at man i kommunerne tilskriver det dårligt forældreskab og manglende forældreevne i forhold til at sætte grænser og rammer op for barnet, især i forhold til sengetider.

Det er vigtigt at disse familier ikke presses yderligere, men i stedet mødes med forståelse og får den hjælp de har brug for, til at holde sammen på familien og i videst muligt omfang, at forebygge konsekvenserne af, at leve med et permanent og ofte massivt søvnunderskud.

For at afhjælpe denne problemstilling kunne man, eksempelvis oprette en selvstændig diagnosekode for kroniske søvnproblematikker hos børn, og fra regeringens side indskærpe at søvnproblematikker hos børn, er en problematik man i sagsbehandlingen i kommunerne, skal være meget opmærksom på at afhjælpe, idet disse potentielt kan skade både barnet, barnets søskende og forældre, og ofte også øvrige pårørende, der inddrages, når hjælpen ikke er at finde i kommunerne.

Jeg vil anmode Ministeren om at se på sagen, da vi er mange forældre der har et massivt behov for, at dette problem bliver italesat.

MVH

Inge Toft Thapprakhon