



INDENRIGS- OG SUNDHEDSMINISTERIET

Slotsholmsgade 10-12
DK-1216 København K

T +45 7226 9000
M sum@sum.dk
W sum.dk

Dato: 05-12-2024
Enhed: Lægemedler
Sagsbeh: shan
Sagsnr.: 2024 - 13958
Dok. nr.: 257720

Folketingets Sundhedsudvalg

Hermed sendes besvarelse af spørgsmål nr. 85 (Alm. del), som Folketingets Sundhedsudvalg har stillet til indenrigs- og sundhedsministeren den 7. november 2024. Spørgsmålet er stillet efter ønske fra ikkemedlem af udvalget (MFU) Theresa Berg Andersen (SF).

Spørgsmål nr. 85:

”Vil ministeren uddybe, hvad de seneste års stigning i lægeordineret sovemedicin til børn skyldes? Og vil ministeren herunder uddybe, hvorfor en stor andel af de børn, der får receptpligtig sovemedicin, er sunde og raske? Der henvises til artiklen »Flere børn får sovemedicin: Sunde og raske børn skal i stedet følge disse tre råd, siger ekspert« bragt den 4. november 2024 på dr.dk.”

Svar:

Søvn er vigtigt for børn og unges udvikling, indlæring, og for deres mentale og fysiske helbred. For lidt eller for dårlig søvn kan gå ud over børns trivsel og sundhed. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn i alderen 6-13 år sover 9-11 timer på et døgn, mens unge mellem 14-17 år anbefales at sove 8-10 timer på et døgn.

Sundhedsdatastyrelsen offentliggjorde den 4. november 2024 en opgørelse, som viser, at forbruget af sovemedicin hos børn og unge fortsat stiger. Fra 2022 til 2023 steg antallet af børn og unge, som indløste en recept, med 14 pct. fra 19.194 til 21.827. Væksten skyldes en stigning i brugen af melatonin, mens brugen af andre typer sovemedicin som benzodiazepin-lignende midler er faldende. Indenrigs- og Sundhedsministeriet ligger ikke inde med viden om, hvor stor en andel af recepterne, der er indløst af børn uden en diagnose.

Ifølge Sundhedsstyrelsens kliniske anbefalinger for behandling med melatonin bør søvnhygiejniske tiltag altid være førstevalg. Det fremgår videre af anbefalingerne, at søvnproblemer særligt forekommer hos personer med psykiske lidelser. Blandt børn med autisme har 30 og 70 pct. søvnevanskeligheder og op mod 70 pct. af børn med ADHD har forstyrret søvn. For denne målgruppe kan man tilbyde melatonin, hvor søvnhygiejniske indsatser ikke har tilstrækkelig effekt. Antallet af børn og unge med disse diagnoser er generelt stigende.

Sundhedsstyrelsen har i sin publikation ”Anbefalinger for søvnlængde” (2024) en række råd om søvn, herunder psykologiske og adfærdsmæssige råd.

Det indgår også i Sundhedsstyrelsens anbefalinger om brug af skærm, at man ikke bruger skærm op til sovetid, og lader telefon eller tablet blive ude af soveværelset. Det skyldes, at skærme kan forkorte børn og unges søvnlængde og medvirke til dårligere nattesøvn, natlige opvågninger og uregelmæssige sengetider.

Sundhedsstyrelsen gennemførte i januar 2024 kampagnen 'Hvilket monster forstyrrer dit barns nattesøvn', hvis hovedbudskab var, at alt for mange børn sover for lidt og for dårligt, fordi de bruger skærm op til og efter sengetid. Og at det en god ide at lave skærmaftaler i familien, herunder for hvornår skærmen skal slukkes om aftenen.

Med venlig hilsen

Sophie Løhde