

# SLAAPSTOORNISSEN BIJ DE ZIEKTE VAN PARKINSON



13 februari 2019

J. Boringa,

neuroloog, somnoloog

Meander Medisch Centrum

# INLEIDING

- Hoe vaak komt het voor?
- Wat is slaap eigenlijk
- De problemen: klachten en symptomen
- Oorzaken
- Aanvullend onderzoek
  
- Pauze
  
- Slaaphygiënische adviezen
- Behandeling oorzaken

# HOE VAAK KOMT HET VOOR?

- 74-98%
- Toename met duur ziekte
- Vooral slaapfragmentatie
- Veel specifieke oorzaken

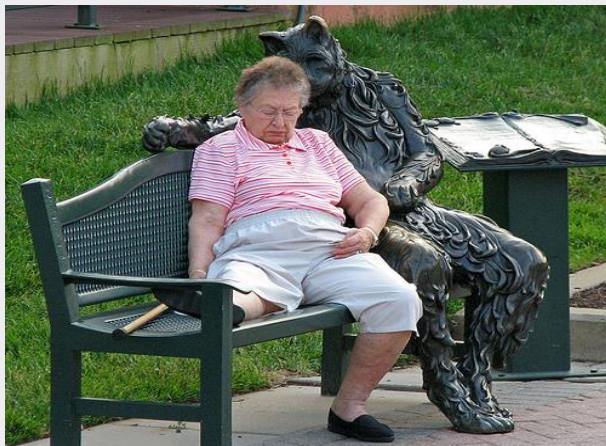
## REDENEN ONDERBELICHTING

- Maar 50% klaagt spontaan
- Onbekend probleem voor patiënten
- Onbekend probleem voor de dokter
- Moeilijk oplosbaar
- Schaamte patiënt of partner
- Initiatief neuroloog noodzakelijk!!

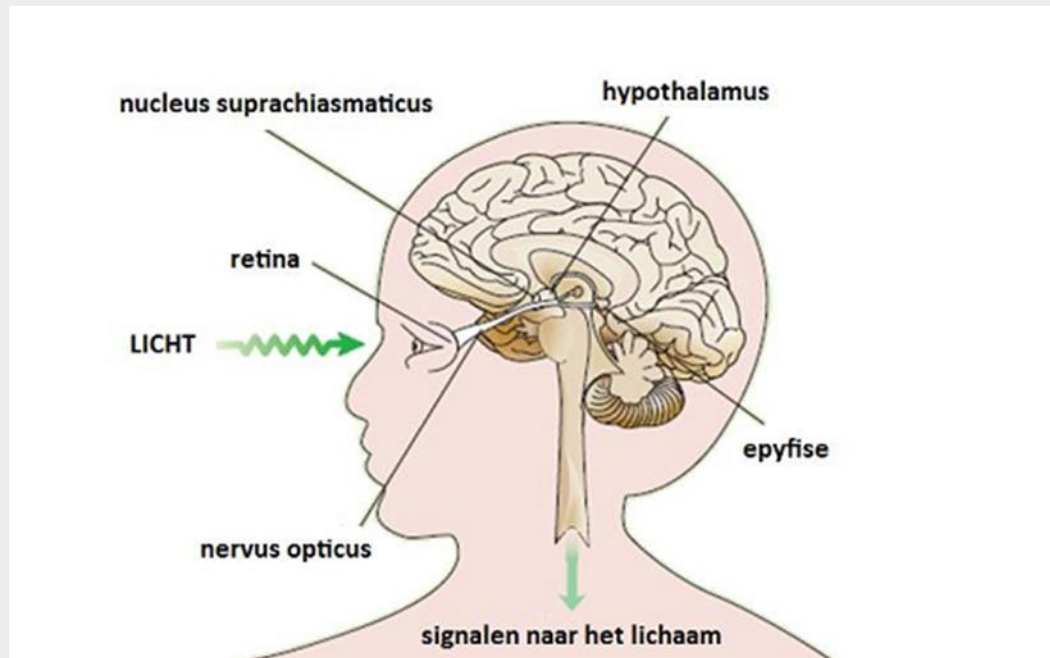
# WAT U ZELF KUNT DOEN

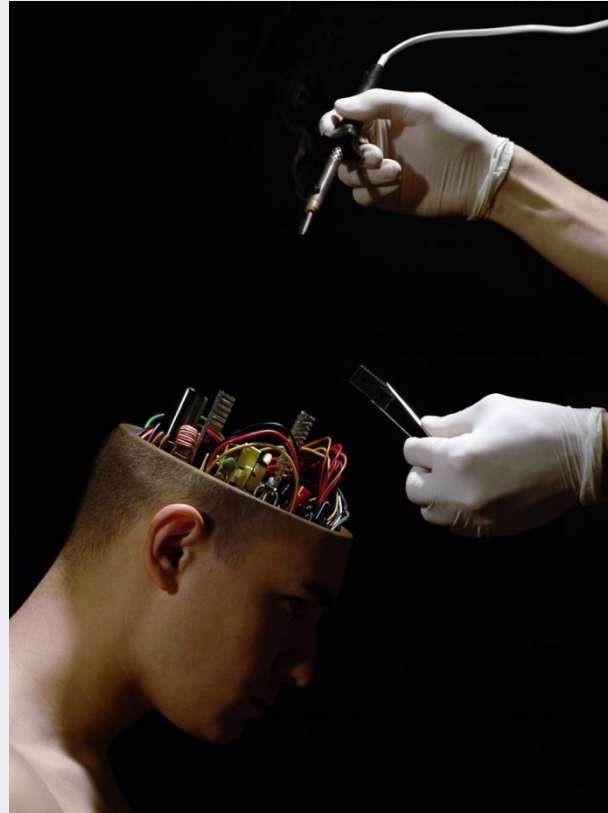
- Schrijf uw klachten goed op
- Houd een dagboek bij
- Vraag uw partner op u te letten 's nachts
- Neem uw partner mee naar de dokter
- Denk aan slaperigheid overdag!
- **Vertel het de dokter!!**

# Zijn slaapstoornissen van belang?

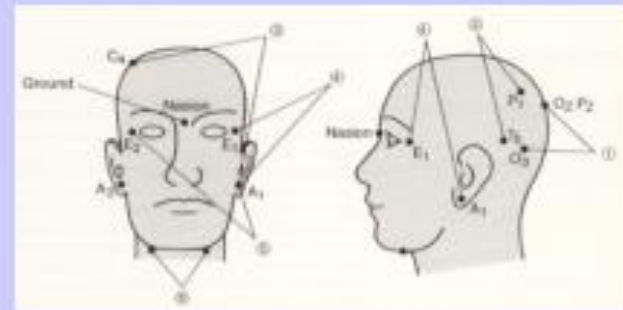


# Slaap: wat is dat eigenlijk?

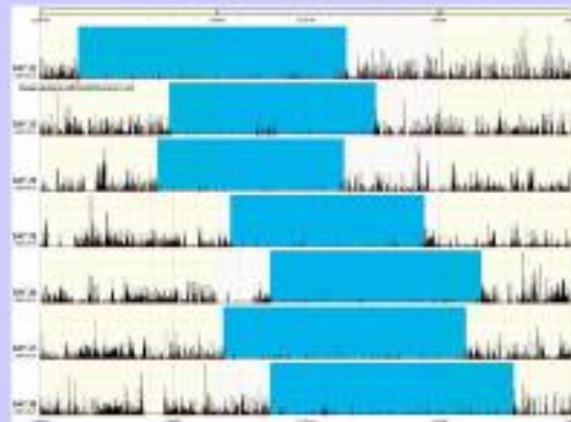


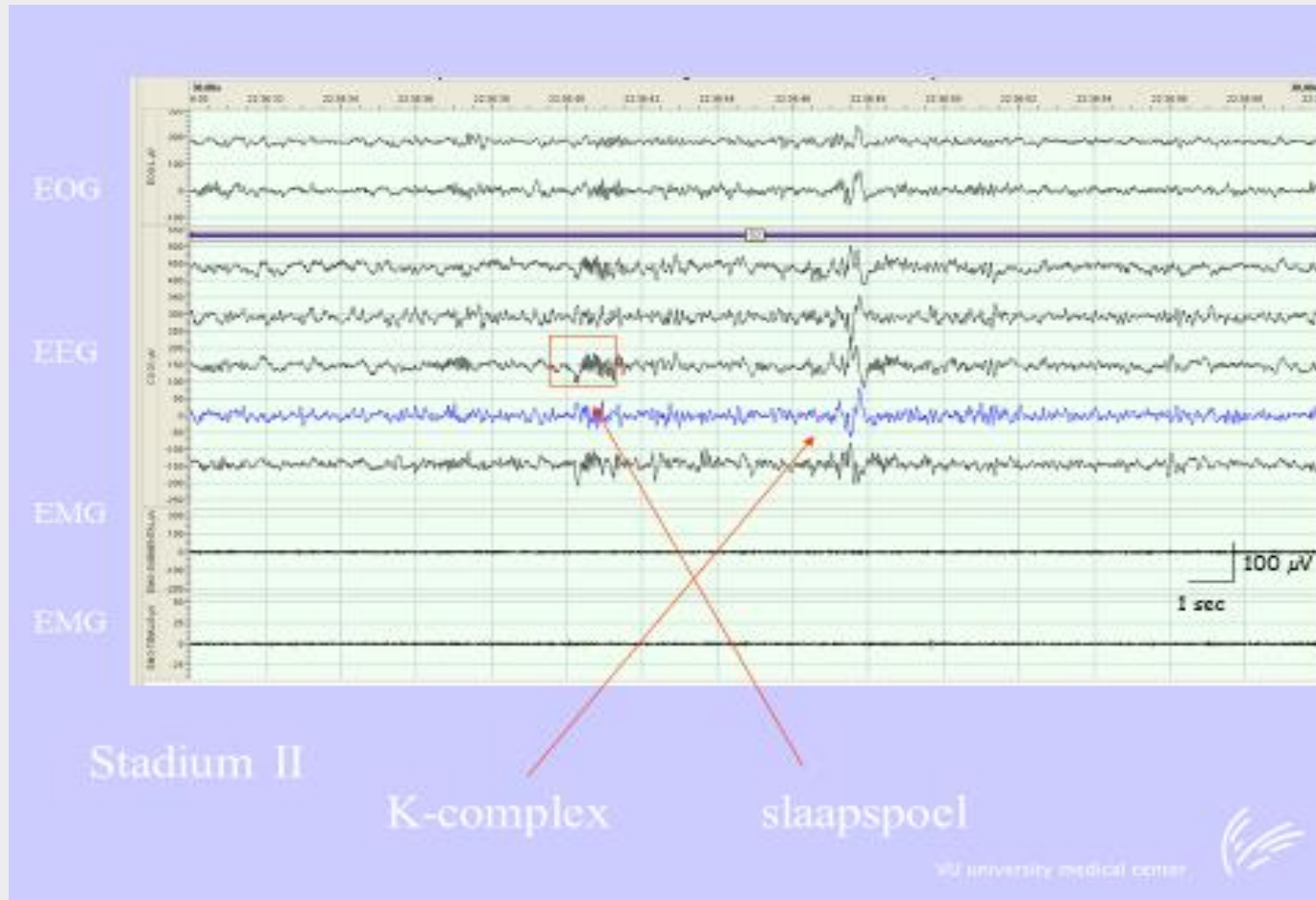


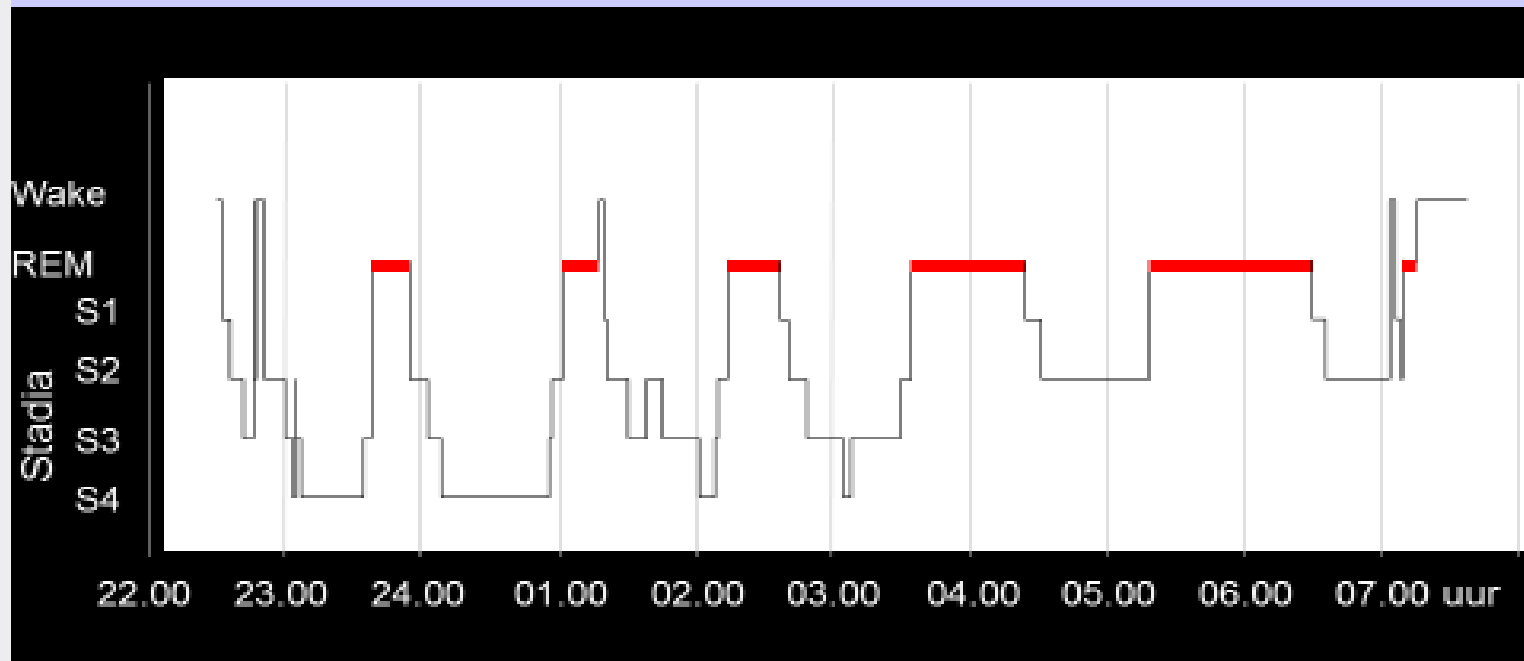




### Poly(somno)grafie ..... actigrafie







Voorbeeld van een normaal hypnogram

REM slaap na 60 min, diepe slaap in 1<sup>e</sup> helft,  
oppervlakkige slaap 2<sup>e</sup> helft

# DE PROBLEMEN

- Slaapduur te kort: moeite inslapen of doorslapen
- Vaak wakker om te plassen
- Nachtelijke Parkinson symptomen
- Snurken / Ademstops
- Rusteloze Benen / schoppen in de nacht
- Heftig dromen
- Hallucinaties
- Vreemd nachtelijk gedrag
- Overmatige slaperigheid overdag

# OORZAKEN

- Leeftijd: fysiologische veroudering slaap
- Slechte slaaphygiëne
- De ziekte van Parkinson
- Plasproblemen
- Medicatie - effecten
- Stemningsstoornissen
- Slaap apneusyndroom (OSAS)
- Rusteloze benen (RLS)
- Schoppende Benen (PLMD)
- REM-sleep behaviour disorder (RSBD)

# AANVULLEND ONDERZOEK

- Meestal niet nodig:
  - Parkinson-symptoom gerelateerd
  - Slaaphygiëne uitvragen
  - Proefbehandeling ter verbetering
- Indien nodig: polysomnografie (PSG)

# Pauze



# Behandeling: basis

- Slaap hygiëne: slaap is gedrag
- Adviezen ter verbetering slaap
- Vermindering bijwerking medicijnen
- Behandeling door medicijnen: afhankelijk van de belangrijkste klacht



# SLAAPHYGIËNE

**RUST, REINHEID EN REGELMAAT!**



## ADVIEZEN ter verbetering slaap hygiëne

- Vermijd dutjes overdag
- Bouw uw dag bewust af
- Zorg voor comfortabele kleding en omgeving
- Ga niet te lang in bed liggen
- Bij inslaapproblemen: sta op!
- Gebruik de slaapkamer alleen om te slapen
- Vermijd alcohol, koffie, roken en zware maaltijden
- Draai de wekker om



# BEHANDELING (1)

## SLAAPPROBLEMEN DOOR PARKINSON SYMPTOMEN:

- *Off fenomenen*: doseringen ophogen, of toevoegen levodopa HBS voor de nacht
- *On fenomenen*: doseringen verlagen of stoppen

# BEHANDELING (2)

## SLAAPPROBLEMEN DOOR 'S NACHTS PLASSEN:

- Minder drinken in uren voor naar bedgaan, maar pas voor voldoende intake per 24 uur
- Bedpan
- Incontinentiemateriaal
- Desmopressin (Minrin<sup>®</sup>) of anticholinergica

# BEHANDELING (3)

## SLAAPPROBLEMEN DOOR DEPRESSIE:

- Inventarisatie sociale factoren: zingeving, eenzaamheid, kwaliteit van leven
- Eerst Parkinson medicatie optimaliseren
- Starten antidepressivum: SSRI of TCAD

# BEHANDELING (4)

## SLAAPPROBLEMEN DOOR HALLUCINATIES:

- Benzodiazepinen
- Quetiapine (Seroquel<sup>®</sup>)
- Clozapine (Leponex<sup>®</sup>)

# BEHANDELING (5)

*SLAAPAPNEUSYNDROOM*: snurken, ademstops en slaperig overdag

- Gewicht verminderen
- Leefstijl aanpassen
- CPAP apparaat
- MRA



# Voorbeelden osas behandeling



# BEHANDELING (8)

*Insomnie: inslaap en doorslaapstoornis* SLAAPMEDICATIE:

- Alleen als niets helpt
- Zo kort mogelijk!!
- Zolpidem (Stilnoct<sup>®</sup>)
- Zopiclon (Imovane<sup>®</sup>)
- Benzodiazepinen
- Pas op voor: verslaving
- Pas op voor: slaapapneusyndroom

Bekend echtpaar, met vrouw in de nacht een blauw oog geslagen...



- Wat denkt u:
  - Van Kooten en De Bie
  - VPRO
  - Zondagavond
  - REM Sleep Behaviour Disorder

# BEHANDELING (7)

*REM-SLEEP BEHAVIOUR DISORDER*: onrustig slaan en praten tweede helft van de nacht met heftig dromen/nachtmerries

- Clonazepam (Rivotril®)
- Clozapine (Leponex®)
- Antidepressivum

## BEHANDELING (6)

*Rusteloze Benen syndroom*: bewegingsdrang  
voeten/benen in rust in avond met tijdelijke  
verbetering na bewegen

- Slaaphygiënische maatregelen
- Primaire oorzaak behandelen
- Provocerende medicatie staken
- Dopamine medicatie mogelijk?
- Pregabaline (Lyrica) of clonazepam (Rivotril®)



# BEHANDELING (9)

## OVERMATIGE SLAPERIGHEID OVERDAG:

- Activiteit overdag stimuleren
- In het licht blijven!
- Alleen met medicijnen behandelen als behandelbare oorzaken zijn uitgesloten!!
- Modafinil (Modiodal<sup>®</sup>)
- Methylfenidaat (Ritalin<sup>®</sup>)





