

# **AUTISME**

**WORKSHOP**

-UDREDNING OG DIAGNOSTICERING AF SØVNPROBLEMER HOS BØRN



Anne Virring  
Børne og ungdomspsykiater, Ph.d.  
Skejby

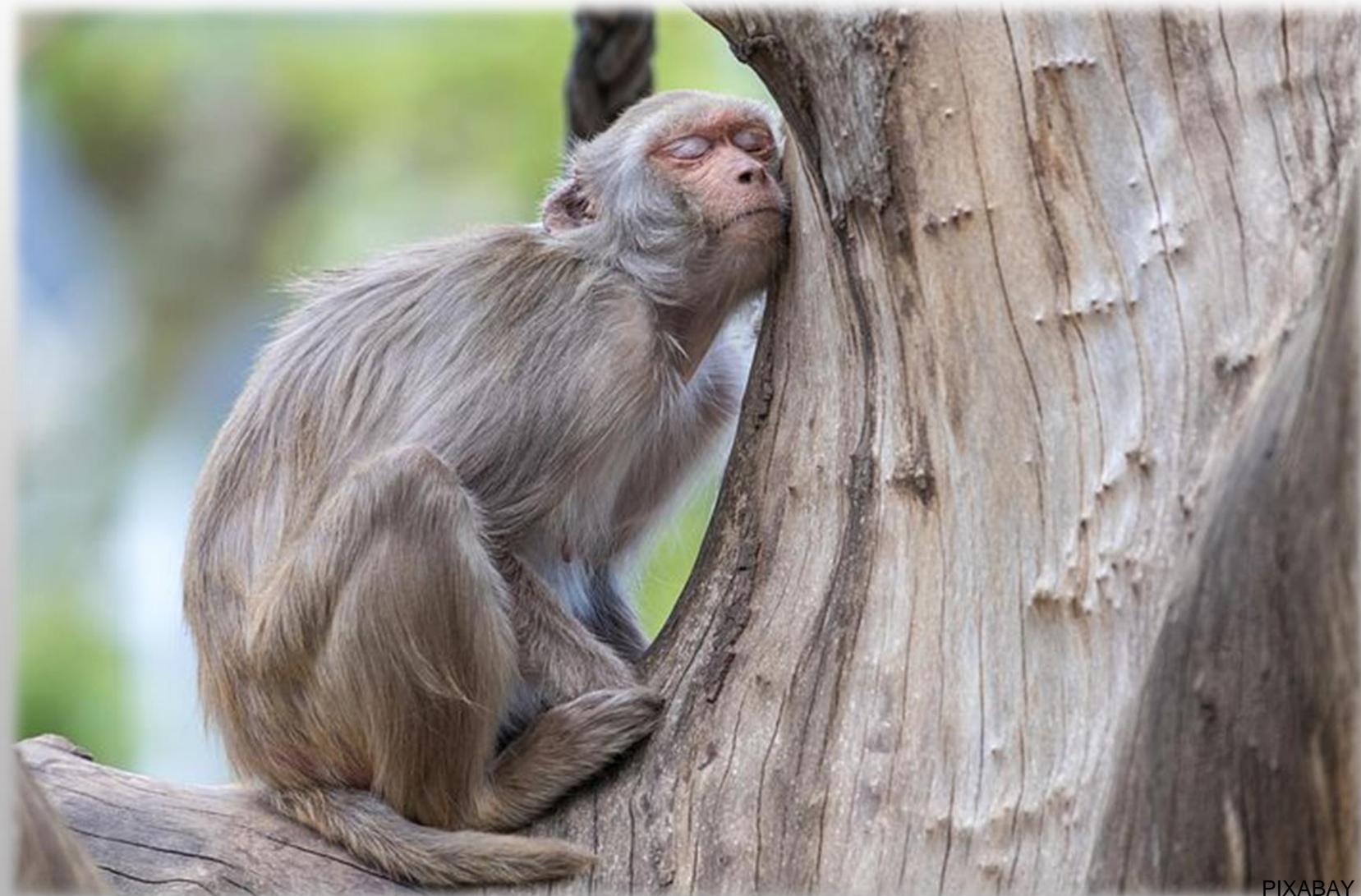
# **Interessekonflikter**

Oplæg AGB-Pharma og Medicie

Diagnoser

Udredning & diagnostik

Case

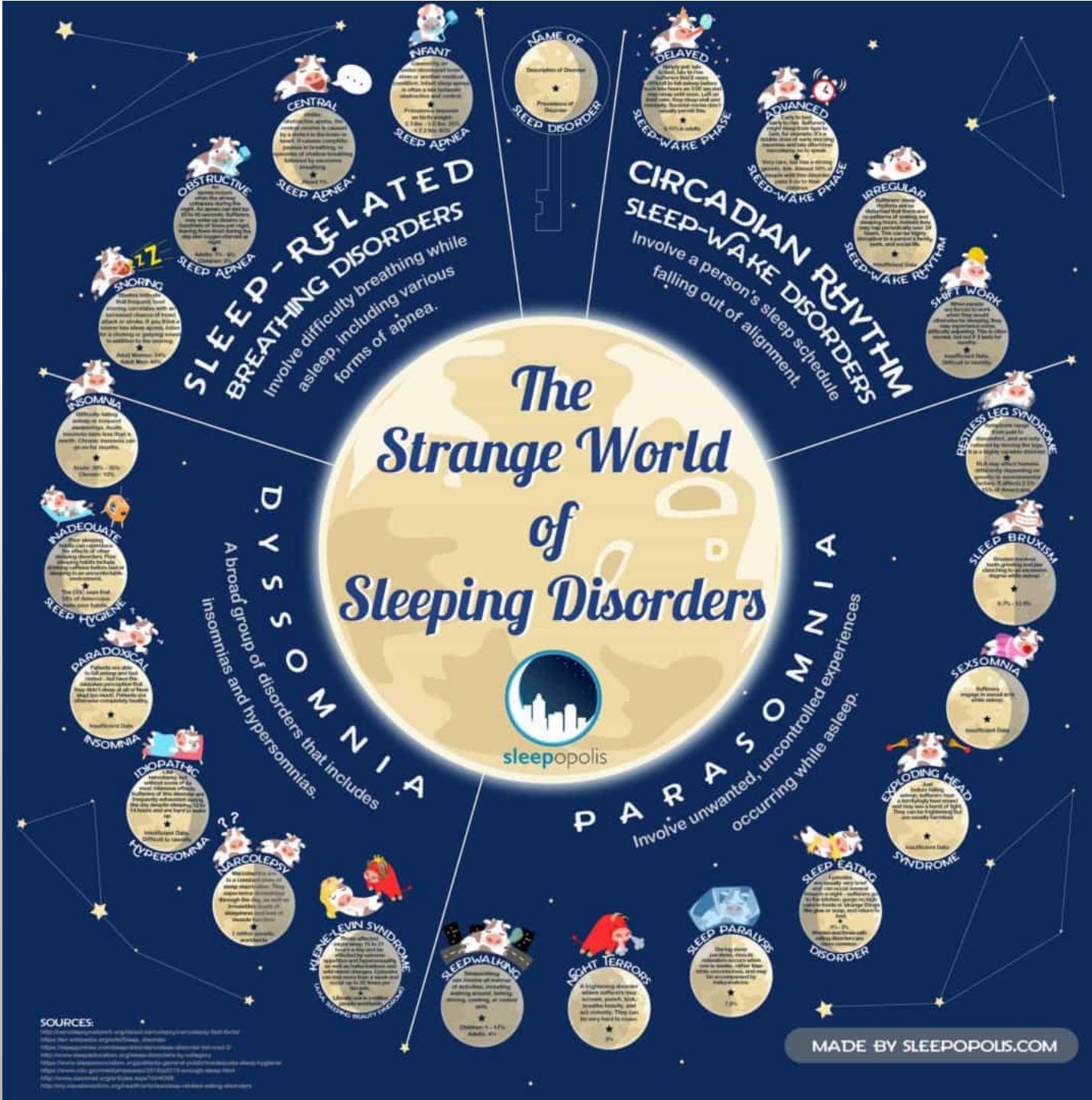


**Diagnoser**

Udredning & diagnostik

Case





Insomnia (NOS) G47.00

Adjustment Insomnia F51.02

**Other insomnia not due to a substance or known physiological condition F51.09**

**Primary insomnia F51.01**

Paradoxical insomnia F51.03

Sleep Deprivation Z72.820

Insomnia Due to Medical Condition G47.01

Hypersomnia (NOS) G47.10

Hypersomnia Due to Medical Condition G47.14

**Narcolepsy With Cataplexy G47.411**

Narcolepsy Without Cataplexy G47.419

Recurrent Hypersomnia G47.13

Idiopathic Hypersomnia With Long Sleep Time G47.11

Idiopathic Hypersomnia Without Long Sleep Time G47.12

Primary Hypersomnia F51.11

Insufficient sleep syndrome F51.12

Other hypersomnia not due to a substance or known physiological condition F51.19

**Sleep Related Breathing Disorders Obstructive Sleep Apnea G47.33**

Sleep Related Nonobstructive Alveolar Hypoventilation G47.34

Obesity Hypoventilation Syndrome E66.2

Sleep Related Hypoventilation/Hypoxemia G47.36

Primary Central Sleep Apnea G47.31

Cheyne Stokes Breathing Pattern R06.3

Central Sleep Apnea/Complex Sleep Apnea G47.37

Other Sleep Apnea G47.39

Dyspnea, unspecified R06.00

Other forms of dyspnea R06.09

Periodic breathing R06.3

Snoring R06.83

Other abnormalities of breathing R06.89

Apnea, not elsewhere specified R06.81

Unspecified Sleep Apnea G47.30

Circadian Rhythm Sleep Disorders (NOS) G47.20

Delayed Sleep Phase Type G47.21

Advanced Sleep Phase Type G47.22

Irregular Sleep-Wake Type G47.23

Free-Running Type G47.24

Shift Work Type (Shift Work Disorder) G47.26

**Parasomnias Confusional Arousal G47.51**

Sleepwalking F51.3

**Night Terrors F51.4**

REM Sleep Behavior Disorder G47.52

Recurrent Isolated Sleep Paralysis G47.53

Nightmare Disorder F51.5

Other sleep disorders not due to a substance or known physiological condition F51.8

**Other parasomnia G47.59**

Sleep Related Movement Disorders Restless Legs Syndrome RLS G25.81

ICD-10 Diagnosis Codes for Sleep Periodic Limb Movement Disorder G47.61

Sleep Related Leg Cramps G47.62

Sleep Related Bruxism G47.63

Drug Induced Sleep Disorders Opioid abuse with opioid-induced sleep disorder F11.182

Opioid dependence with opioid-induced sleep disorder F11.282

Opioid use, unspecified with opioid-induced sleep disorder F11.982

Sedative, hypnotic or anxiolytic abuse with sedative, hypnotic or anxiolytic-induced sleep disorder F13.182

Sedative, hypnotic or anxiolytic dependence with sedative, hypnotic or anxiolytic-induced sleep disorder F13.282

Sedative, hypnotic or anxiolytic use, unspecified with sedative, hypnotic or anxiolytic-induced sleep disorder F13.982

Cocaine abuse with cocaine-induced sleep disorder F14.182

Cocaine dependence with cocaine-induced sleep disorder F14.282

Cocaine use, unspecified with cocaine-induced sleep disorder F14.982

Other stimulant abuse with stimulant-induced sleep disorder F15.182

Other stimulant dependence with stimulant-induced sleep disorder F15.282

Other stimulant use, unspecified with stimulant-induced sleep disorder F15.982

Other psychoactive substance abuse with psychoactive substance-induced sleep disorder F19.182

Other psychoactive substance dependence, in remission F19.21

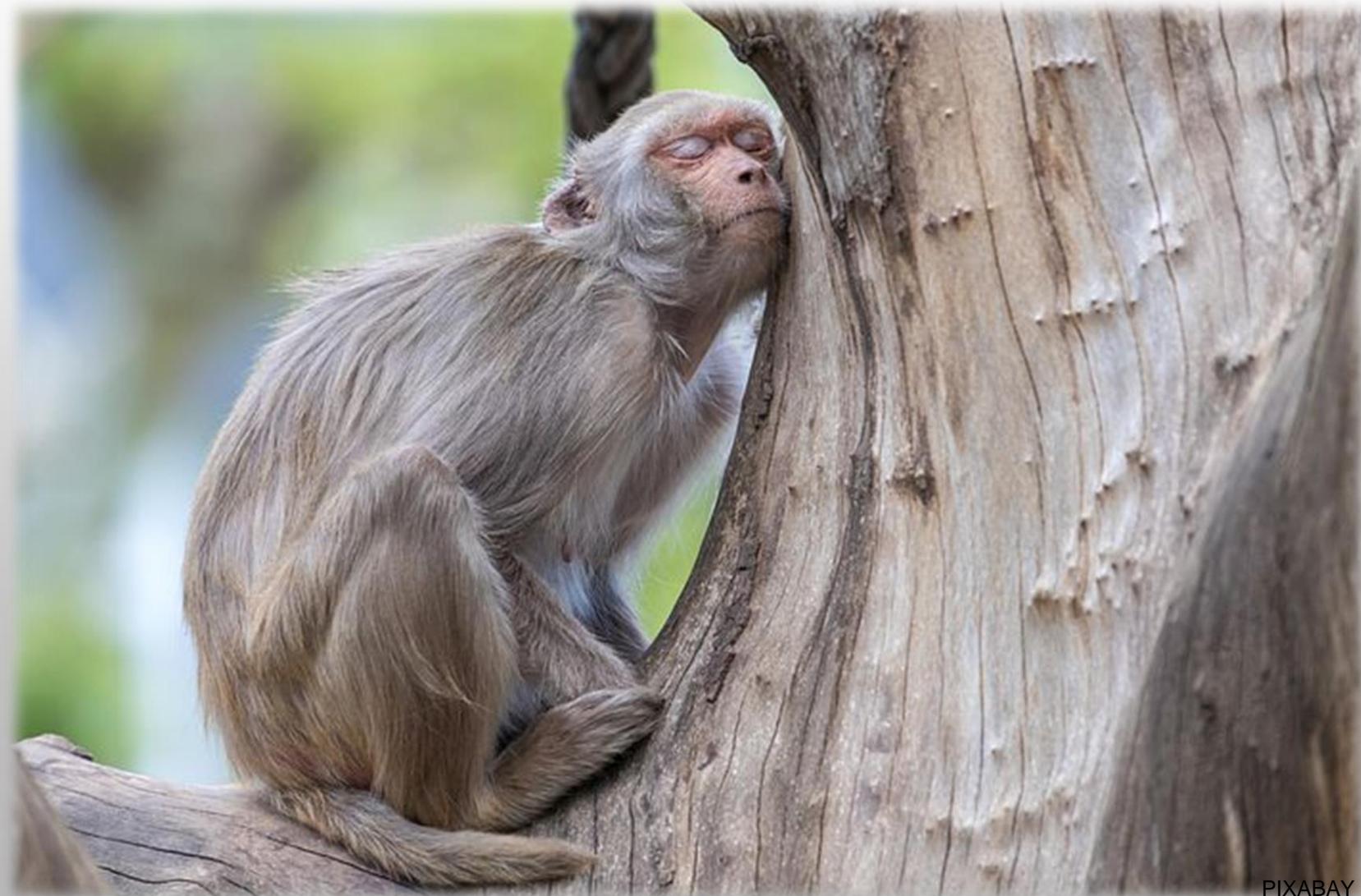
Other psychoactive substance dependence with psychoactive substance-induced sleep disorder F19.282

Other psychoactive substance use, unspecified with psychoactive substance-induced sleep disorder F19.982

Diagnoser

Udredning & diagnostik

Case



# UDREDNING

## Anamnese:

Søvn generelt (sengetid, natten, morgen, dagtid)

Debut af problemer

Variation (forværrende, bedrende)

Ledsagefænomener

Dagtidsfunktion

Påvirkning af familien

Dispositioner

Sygdomme

Medicin...



## Biologi

For tidlig født  
sult

For lidt/for meget  
søvn

## Sygdom

Smerter

Feber

Forstørrede  
mandler

Eksem

Allergi

Misbrug

# SØVN

## Miljø

Støj

Seng

Værelse

Lys

Skærm

Motion

## Psykologi/psykiatri

Angst

Udviklingsforstyrrelse  
(ADHD/autisme)

Kognition

## Socialt

Familieproblemer

mobning

ensomhed

rutiner

# **BEARS**

- **B** BEDTIME PROBLEMS
- **E** EXCESSIVE DAYTIME SLEEPINESS
- **A** AWAKENINGS DURING THE NIGHT
- **R** REGULARITY AND DURATION OF SLEEP
- **S** SNORING



PIXABAY

# EKSENDFEL

**Søvnskema for børn**

Udfyldes af forældrene hver morgen:

| Dato    | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |  |
|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| Mandag  |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Tirsdag |    |    | O  | H  | *  |    |    |    |    | T  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Onsdag  |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    |    | ↑  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Torsdag |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    | P  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Fredag  |    |    | O  | ↓  | I  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Lørdag  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Søndag  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

Her er barnet kommet  
i seng kl. 20.30 faldet i sén  
kl. 20.30 og vægnet  
kl. 7.00

- Angiv for hvert døgn tidspunkt for følgende:
- Lagt / gået i seng
  - Lyset slukket / lagt sig til at sove
  - Stået op af sengen
  - Faldet i søvn / sover igen efter opvågning
  - Vækket / vækket om morgen
  - Rølig søvn
  - Vågen om natten
  - Drømme / mareridt
  - Søvngængeri
  - Tisset i sengen
  - Medicin

|  |          |
|--|----------|
| Navn:  | CPR-nr.: |
| Har søvnen i denne uge adskilt sig fra andre uger?       |          |
| <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej |          |
| Hvis ja, hvordan?  |          |

Her er barnet kommet i seng  
kl. 19.30, sovet kl. 20.30  
Vægnet kl. 23 og faldet i sén iget  
23.30. Vægnet igen kl. 02.30 og  
faldet i sén igen kl. 3.00



|   |   |
|---|---|
| Barnets navn:   |   |
| Barnet går modvilligt i seng  | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet har svært ved at falde i søvn om aftenen                                       | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet er angst eller bange, når det skal falde i søvn                                | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet vågner mere end to gange pr. nat   | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Efter at være vågnet om natten har barnet svært ved at falde i søvn igen              | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Hvor mange timers søvn får dit barn de fleste nætter?                                 | 1 9-11 timer<br>2 8-9 timer<br>3 7-8 timer<br>4 5-7 timer<br>5 Mindre end 5 timer   |
| Hvor lang tid går der typisk, inden dit barn falder i søvn efter at være gået i seng? | 1 Mindre end 15 min.<br>2 15-30 min.<br>3 30-45 min.<br>4 45-60 min.<br>5 Mere end 60 min.  |
| Total score<br>(summen af alle delscores)   |   |

Score på 10 eller derunder:

Score på 11-16:

Score på 17 eller derover:

Lider sandsynligvis ikke af søvnløshed

I risiko for at lide af søvnløshed

Søvnløshed

# SUPPLERENDE UNDERSØGELSER

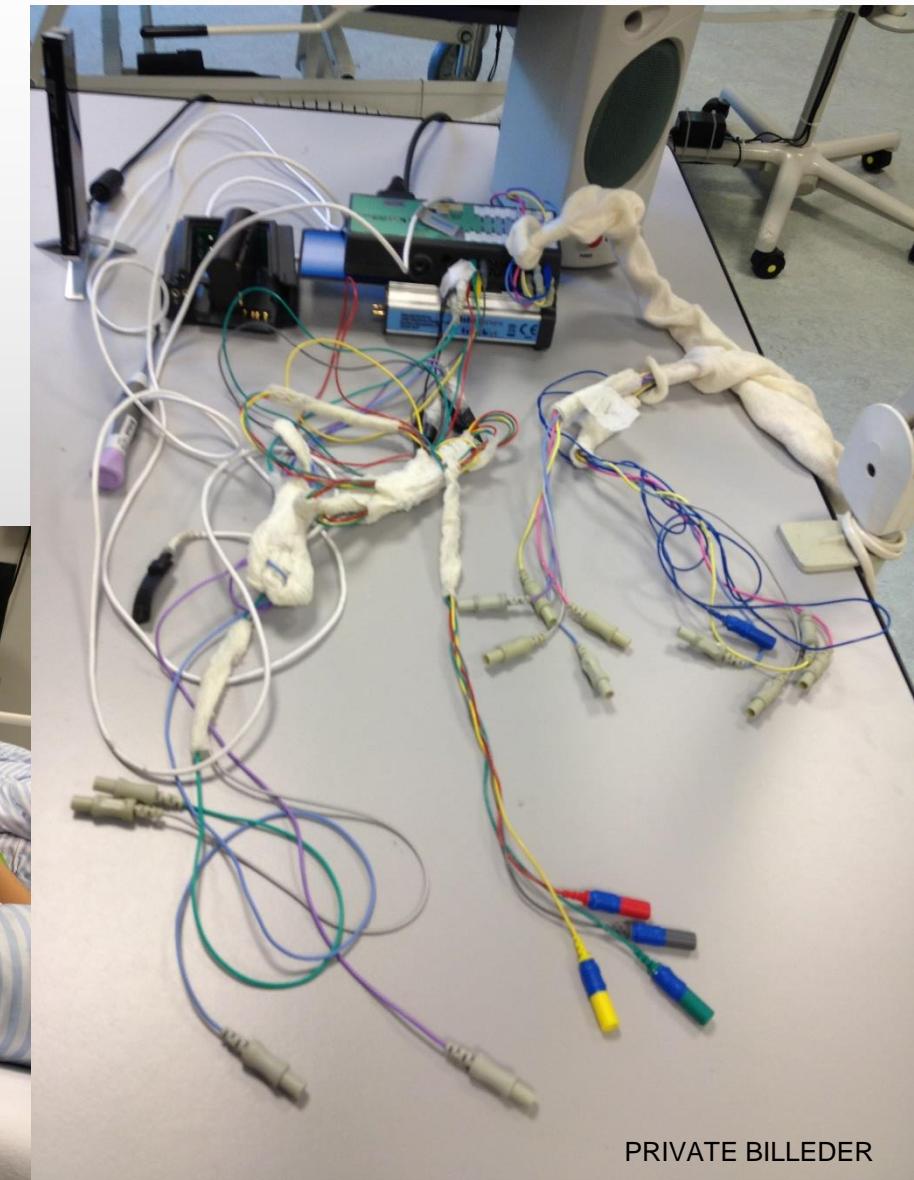
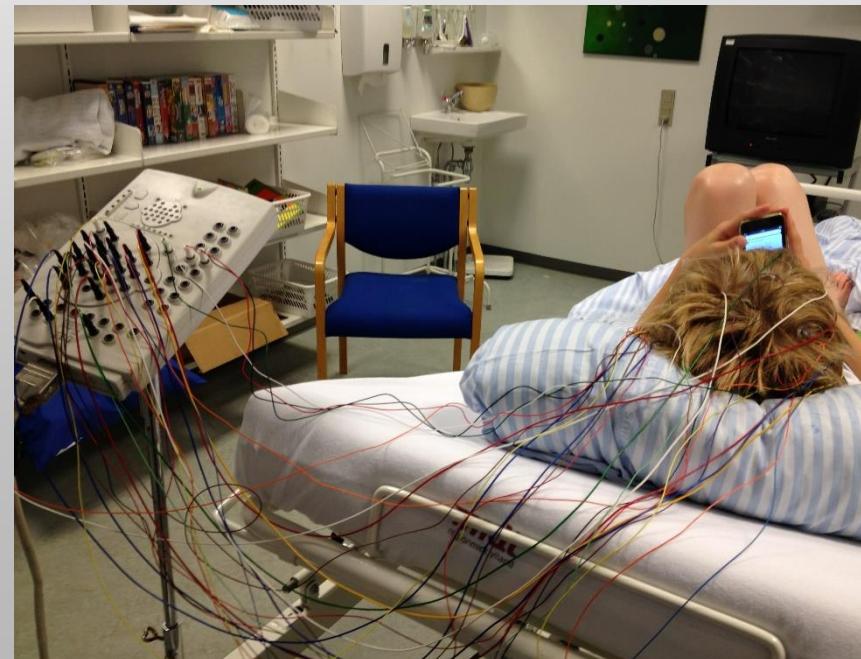
**Søvnklinik:**

Polysomnografi

Cardio-respiratorisk monitorering

MSLT

Andet?



PRIVATE BILLEDER



Diagnoser

Udredning & diagnostik

Case



## **Case**

Luna 8 år

Har været tiltagende svær at regulere for forældrene.

Har mange vredesudbrud, bliver tiltagende frustreret ved de mindste krav.

Vil selv styre og bestemme det meste omkring sig.

Luna har meget svært ved at falde i søvn.

Trods ihærdig indsats fra forældrene, tager det flere timer hver eneste aften.

Luna har hyppige opvågninger i løbet af natten.

Om dagen virker hun søvnig, urolig og utilfreds.



|   |   |
|---|---|
| Barnets navn:   |   |
| Barnet går modvilligt i seng  | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet har svært ved at falde i søvn om aftenen                                       | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet er angst eller bange, når det skal falde i søvn                                | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet vågner mere end to gange pr. nat   | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Efter at være vågnet om natten har barnet svært ved at falde i søvn igen              | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Hvor mange timers søvn får dit barn de fleste nætter?                                 | 1 9-11 timer<br>2 8-9 timer<br>3 7-8 timer<br>4 5-7 timer<br>5 Mindre end 5 timer   |
| Hvor lang tid går der typisk, inden dit barn falder i søvn efter at være gået i seng? | 1 Mindre end 15 min.<br>2 15-30 min.<br>3 30-45 min.<br>4 45-60 min.<br>5 Mere end 60 min.  |
| Total score<br>(summen af alle delscores)   |   |

Score på 10 eller derunder:

Score på 11-16:

Score på 17 eller derover:

Lider sandsynligvis ikke af søvnløshed

I risiko for at lide af søvnløshed

Søvnløshed

## Biologi

For tidlig født  
sult

For lidt/for meget  
søvn

## Sygdom

Smerter

Feber

Forstørrede  
mandler

Eksem

Allergi

Misbrug

## SØVN

## Miljø

Støj

Seng

Værelse

Lys

Skærm

Motion

## Psykologi/psykiatri

Angst

Udviklingsforstyrrelse  
(ADHD/autisme)

Kognition

## Socialt

Familieproblemer  
mobning  
ensomhed  
rutiner

I afdelingen følges den kendte struktur hjemmefra.  
Der laves (i samarbejde med forældrene) putteplan med indbygget belønning.

Putteplanen indeholder rolige rutiner og hygge. f.eks. højt læsning. Personalet er tæt på.

Der afprøves med at sidde inde på værelset ved siden af sengen og der forsøges med at personalet trækker sig lidt og sidder i døråbningen ud til gangen.

Luna har tydeligt svært ved at finde ro. Hun vender og drejer sig hele tiden. Søvnen indfinder sig først efter flere timer. Ofte er hun vågen, når nattevagten møder kl. 23.

Luna vågner typisk ved 5-6 tiden.

# DIAGNOSE ?

**Primary insomnia F51.01**



# BEHANDLING ?

**Søvnhygiejne  
psykoedukation  
Afprøvning af melatonin**



PIXABAY

## Case

Max 9 år

Har været skolevægrende i  $\frac{1}{2}$  år.

Opholder sig det meste af døgnet på værelse og trækker sig tiltagende fra familien.

F.eks. får han sine måltider serveret på værelset.

Max lever sit liv om natten. Her spiller han computer og har flere "venner" på nettet. Han har bl.a. kontakter i USA og Asien.

Forældrene fortæller, at de ikke længere er i stand til at få Max til at gå i seng og de har opgivet at regulere ham i forhold til søvn og i øvrigt al anden alm. daglig struktur.

## Biologi

For tidlig født  
sult

For lidt/for meget  
søvn

## Sygdom

Smerter

Feber

Forstørrede  
mandler

Eksem

Allergi

Misbrug

## SØVN

## Miljø

Støj

Seng

Værelse

Lys

Skærm

Motion

## Psykologi/psykiatri

Angst

Udviklingsforstyrrelse  
(ADHD/autisme)

Kognition

## Socialt

Familieproblemer  
mobning  
ensomhed  
rutiner



|   |   |
|---|---|
| Barnets navn:   |   |
| Barnet går modvilligt i seng  | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet har svært ved at falde i søvn om aftenen                                       | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet er angst eller bange, når det skal falde i søvn                                | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Barnet vågner mere end to gange pr. nat   | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Efter at være vågnet om natten har barnet svært ved at falde i søvn igen              | 1 Aldrig<br>2 En sjælden gang imellem (1-2 gange pr. måned eller mindre)<br>3 Nogle gange (1-2 gange pr. uge)<br>4 Ofte (3-5 gange pr. uge)<br>5 Altid (hver dag) |
| Hvor mange timers søvn får dit barn de fleste nætter?                                 | 1 9-11 timer<br>2 8-9 timer<br>3 7-8 timer<br>4 5-7 timer<br>5 Mindre end 5 timer   |
| Hvor lang tid går der typisk, inden dit barn falder i søvn efter at være gået i seng? | 1 Mindre end 15 min.<br>2 15-30 min.<br>3 30-45 min.<br>4 45-60 min.<br>5 Mere end 60 min.  |
| Total score<br>(summen af alle delscores)   |   |

Score på 10 eller derunder:

Score på 11-16:

Score på 17 eller derover:

Lider sandsynligvis ikke af søvnløshed

I risiko for at lide af søvnløshed

Søvnløshed

# EKSENDFEL

**Søvnskema for børn**

Udfyldes af forældrene hver morgen:

| Dato    | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |  |
|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|
| Mandag  |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Tirsdag |    |    | O  | H  | *  |    |    |    |    | T  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Onsdag  |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Torsdag |    |    | O  | H  |    |    |    |    |    | P  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Fredag  |    |    | O  |    |    | I  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Lørdag  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |
| Søndag  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |  |

Angiv for hvert døgn tidspunkt for følgende:

- Lagt / gået i seng
- Lyset slukket / lagt sig til at sove
- Stået op af sengen
- Faldet i søvn / sover igen efter opvågning
- Vågnet / vækket om morgen
- Rølig søvn
- Vågen om natten
- Drømme / mareridt
- Søvngængeri
- Tisset i sengen
- Medicin

Her er barnet kommet  
i seng kl. 20.30 faldet i søvn ig  
kl. 20.30 og vågnet kl. 7.00

i seng: kl. 19.30  
Gode n: kl. 20.00  
Søvn : kl. 20.30  
Op : kl. 7.00

Navn:

CPR-nr.:

Ja  Nej

Har søvnen i denne uge adskilt sig fra andre  
uger?

Hvis ja, hvordan?

Her er barnet kommet i seng  
kl. 19.30, sovet kl. 20.30  
Vågnet kl. 23 og faldet i søvn ig  
23.30. Vågnet igen kl. 02.30 og  
faldet i seng igen kl. 3.00

I afdelingen opholder Max sig på værelset de meste af tiden.

Han afviser tilbud om aktiviteter og samvær. Gardinet er rullet ned, han tilbringer tiden i sengen med forskellige elektroniske dimser.

Det er tydeligt, at han ind imellem har kontakt med andre på nettet.

Om aftenen ligger han med IPAD og det er svært at lave aftale om, at han skal lægge den fra sig.

Max siger, at han ikke kan falde i søvn, at det er kedeligt og der ikke sker noget her.

Nattevagten beskriver, at Max ligger med sin IPAD indtil omkring 4-5 om natten, hvor han falder i søvn.

Det er ikke muligt for personalet at vække ham om morgenens og motivere ham til at komme i gang med dagens aktiviteter.

Det er personalets oplevelse, at det hele flyder sammen for ham. Han har ingen naturlig struktur omkring døgnet.

## DIAGNOSE ?

Anden insomnia (Ikke misbrug, Ikke fysisk årsag) F51.09



## BEHANDLING ?

Søvnhygiejne  
Psykoedukation  
(Afprøvning af melatonin)



## Biologi

For tidlig født  
sult

For lidt/for meget  
søvn

## **Sygdom**

Smerter  
Feber  
Forstørrede  
mandler  
Eksem  
Allergi  
Misbrug

## Miljø

Støj  
Seng  
Værelse  
Lys  
Skærm  
Motion

# SØVN

## Psykologi/psykiatri

Angst  
Udviklingsforstyrrelse  
(ADHD/autisme)  
Kognition

## Socialt

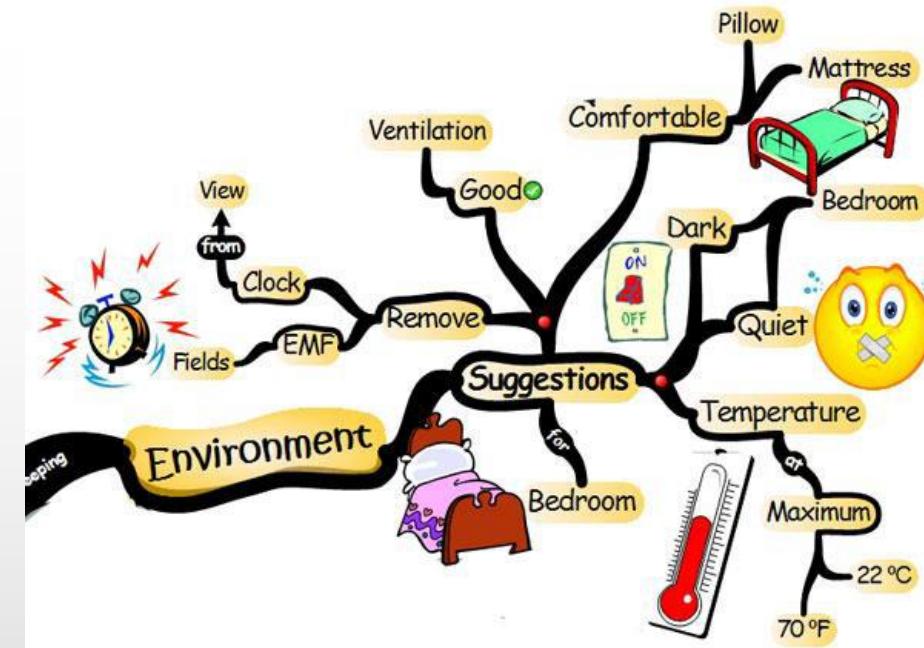
Familieproblemer  
mobning  
ensomhed  
rutiner

**TAK FOR I DAG!**

?

# SØVNHYGIEJNE

- FASTE SOVETIDER, OBS LUR
- STABILT SOVEMILJØ
- RUTINER
- SOV NÅR TRÆT
- STIMULI (MOTION, UR!, MAD)
- ELEKTRONIK
- KOFFEIN (CHOKOLADE, ISTHE, COLA, ENERGIDRIK)
- MOTION
- RYGNING



- SIKKERHEDS-OBJEKT
- LÆRE AT FALDE I SØVN IGEN –SLEEP ASSOCIATIONS
- BEDTIME FADING –UDFASNING
- CHECKING
- BEDTIME PASS –BILLET
- BELØNNING
- SØVNRESTRIKTION
- AFSPÆNDING

VEDHOLDENHED!









