

Örjan Hallberg

Från: "Örjan Hallberg" <oerjan.hallberg@swipnet.se>
Till: "Örjan Hallberg" <oerjan.hallberg@swipnet.se>
Skickat: den 5 mars 2009 07:38
Ämne: Fw: statistik från tidningsartiklar

Allt fler barn drogas till sömns

Forskare slår larm: "Det här är mycket oroande"

Uppdaterad 2008-08-06 09:20



SÅ FÅR DU DITT BARN ATT SOVA

- + I utvecklingsfaser sover barnet sämre, det är naturligt.
- + Ta inte upp barnet ur sängen, då signalerar du att sängen är farlig och otrygg.
- + Sitt bredvid barnet och håll det i handen eller buffa det i rumpan till det somnar. Förmedla att du finns där, men att du vet att barnet är trött och behöver sova.
- + Det kan ta en månad innan du kan börja flytta stolen längre och längre bort från sängen. Till slut är barnet så tryggt att du kan lämna barnet.
- + Skapa rutiner kring sänggåendet. Läs en saga eller spela eller sjung en melodi som blir kopplad till sänggåendet.

Källa: Mamma Mia/TT

Alltmer sömnmedel och lugnande läkemedel skrivs ut till barn och unga.

År 2 000 fick cirka 1 000 barn och tonåringar i åldrarna 0–19 år sömnmedel och lugnande läkemedel utskrivet. 2007 var siffran cirka 15 000, enligt uppgifter till Metro.

Den totala mängden dagsdoser som skrevs ut 2007 till barn och ungdomar var enligt Apoteket cirka två miljoner.

– Det här är mycket oroande. Vi har ingen aning om vad som händer när man vänjer en växande hjärna vid den här typen av medel, säger professor Torbjörn Åkerstedt, sömn- och stressforskare vid Karolinska institutet och Stockholms universitet, till TT.

Främst är det tonåringar som får medicin, men försäljningen till barn mellan 0–4 år har ökat med 30 procent på två år.

– Vi möter ofta barn föräldrar till barn i ettårsåldern som vill ha sömnmedel utskrivet till sina barn, berättar Birgitta Klang, barnsjuksköterska på barnvårdscentralen Mamma Mia.

Förskrivningen av sömnmedel och lugnade läkemedel ökar kraftigt bland 0–19 åringar. Men medicinen kan vara skadlig.

– På sikt kan det bli svårare och ta längre tid att ta in och lära sig nya saker om man är påverkad. Risk för beroende finns också, säger Anne-Liis von Knorring, överläkare och professor i barn- och ungdomspsykiatri vid Akademiska sjukhuset i Uppsala, till Metro.

Hon anser dock att lugnade medel ofta är nödvändigt för att komma tillrätta med exempelvis depressioner.

Birgitta Klang är barn-sjuksköterska på barnvårdscentralen Mamma Mia.

– Vi möter ofta föräldrar till barn i ettårsåldern som vill ha sömnmedel utskrivet, säger hon till TT.

Utskrifterna av sömnmedel och lugnande läkemedel till barn har på fem år ökat med drygt 200 procent.

SÅ MYCKET SKRIVS UT

Ålder	2002	2006	2007
0–4	33 049	60 451	62 050
5–9	147 507	271 458	345 617
10–14	185 917	509 105	637 447
15–19	323 162	784 865	1 006 226

Räknat i antal dagsdoser av sömnmedel och lugnande medel.

Källa: Apoteket/TT