

### Zielsetzung:

- der komplette Unterrichtsinhalt soll zur Verfügung gestellt werden
- Lernausfälle und Wissenslücken vermeiden
- Unfälle durch Schlaf, automatisches Handeln oder Kataplexien vermeiden
- Lernzielkontrolle durch alternative Methoden gewährleistet, dass das Pensum bewältigt werden kann und die Chance auf Erreichen des Schulabschlusses gewahrt bleibt
- Integration der erkrankten Kinder und Jugendlichen in die Gemeinschaft
- Dadurch gleiche Chancen und Möglichkeiten wie gesunde Kinder
- Trotz längerer Erholungsphasen Bewältigung des Unterrichtsstoffes
- Balance schaffen zwischen schulischer Verpflichtung und Freizeit
- Trotz der Erkrankung Teilnahme am normalen Schul- und Freizeitalltag möglich

Sofern Sie weitere Informationen wünschen oder auch zu einem Treffen unserer Selbsthilfegruppen kommen möchten, stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung:

Claudia Schitto-Osthues

1. Vorsitzende

Telefon: 02921-9817104

E-Mail: [info@dnng-ev.de](mailto:info@dnng-ev.de)

Die **Deutsche Narkolepsie-Gesellschaft e.V. (DNG)** ist mit aktuell ca. 900 Mitgliedern der älteste bundesweit aktive Selbsthilfeverband in der Schlafmedizin mit Sitz des Verwaltungsbüros in Solingen.

Patienten, Angehörige, Ärzte und Wissenschaftler haben sich zusammengeschlossen, um folgende Aufgaben und Ziele zu verfolgen:

- **Betreuung und Beratung** in allen Fragen, die mit Erkrankungen des Schlaf-wach-Rhythmus zusammenhängen
- **Aufklärung** über die Erkrankung in der Öffentlichkeit, bei Ärzten und Politikern
- **Informationen** über Krankheitsbild, Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten – mehr dazu auf [www.dnng-ev.de](http://www.dnng-ev.de)
- **Unterstützung** bei der Eingliederung von Betroffenen in Familie, Schule, Beruf und Gesellschaft
- **Förderung der Forschung** über Narkolepsie und ähnliche Erkrankungen

Dieser Flyer wurde gefördert von:

**BARMER**  
**GEK** die gesund  
experten

Die DNG dankt der Französischen Narkolepsie-Gesellschaft für die freundliche Übersetzung ihres Informationsmaterials zum gleichen Thema.



Wir helfen Menschen,  
die an einer Erkrankung der  
Schlaf-wach-Regulierung leiden

**DNG**  
Deutsche Narkolepsie-Gesellschaft e.V.

## Narkolepsie und Schule



### Informationen für Lehrerinnen und Lehrer

- Was ist Narkolepsie?
- Können betroffene Schülerinnen und Schüler an einer Regelschule integriert werden?
- Wie können Sie aktiv dazu beitragen?

Deutsche Narkolepsie-Gesellschaft e.V.

Strindbergweg 13 • 42657 Solingen

Tel.: 0212 - 23063345 • Fax: 0212 - 23063346

E-Mail: [info@dnng-ev.de](mailto:info@dnng-ev.de)

Internet: [www.dnng-ev.de](http://www.dnng-ev.de)

In den letzten Jahren wurde vermehrt bei Kindern und Jugendlichen Narkolepsie diagnostiziert – ein wichtiger Anlass für die DNG, sich verstärkt dieser Entwicklung zu widmen.

Die Erkrankung ist nach wie vor in der Öffentlichkeit relativ unbekannt und gerade Kinder und Jugendliche werden oftmals von ihrem privaten und schulischen Umfeld falsch eingeschätzt. Dies führt zu einer Verringerung der Lebensqualität vieler Betroffener.

Derzeit wird die Zahl der Betroffenen in Deutschland auf ca. 40.000 geschätzt, damit gehört die Narkolepsie zu den sogenannten „seltenen Erkrankungen“. Sie ist nach derzeitigem Stand der Forschung nicht heilbar, lässt sich jedoch medikamentös je nach Ausprägung recht gut behandeln.

#### **Wir möchten mit diesem Flyer:**

- **Unterrichtselemente** für Lehrerinnen und Lehrer **vorstellen**, die es ihnen ermöglichen, betroffene Schüler und Schülerinnen in ihrer Lerngemeinschaft besser zu integrieren,
- **Sensibilisierung für eine frühzeitige Erkennung** erster Anzeichen der Erkrankung durch Verhaltensauffälligkeiten im Unterricht erwecken,
- die **DNG als kompetenten Ansprechpartner** vorstellen.

Als Lehrerin oder Lehrer können Sie mitwirken, betroffene Kinder und Jugendliche im Regelschulbetrieb zu integrieren und ihnen somit die Chance auf ein selbst bestimmtes Leben zu ermöglichen:

#### **Im Unterricht, bei Lernzielkontrollen und Hausaufgaben:**

- Anzeichen von Müdigkeit: schwere Augenlider, starrer Blick ins Leere, der Kopf wird auf den Arm gelegt
- mangelnde Aufmerksamkeit, Notizen werden unleserlich
- Konzentrationsprobleme
- Vorgegebene Bearbeitungszeit kann nicht eingehalten werden
- Im Extremfall: Zusammensacken, auf den Boden sinken, Gegenstände fallen lassen (Kataplexie)

#### **Mögliche Maßnahmen während des Unterrichts:**

- Schlafattacke zulassen, oft genügen nur 10 - 15 Minuten
- Rhythmus des erkrankten Schülers / der erkrankten Schülerin akzeptieren
- nicht zur Mitarbeit zwingen, nicht erledigte Aufgaben im Unterricht nicht negativ beurteilen
- Möglichkeit der Nachbearbeitung einräumen
- Bitten Sie die Mitschüler, ihre Notizen zur Verfügung zu stellen
- Bei Kataplexien: nicht eingreifen, nicht beachten und nicht berühren (in diesem Zu-

stand ist er/sie wach und bekommt das Geschehene mit)

- Bei häufigen Kataplexien: nicht an der Tafel prüfen, sondern am Tisch befragen
- Sportunterricht: mögliche Gefahrensituationen vermeiden (Schwimmen, Geräteturnen etc.)
- Stärkere Überwachung bei bestimmten Tätigkeiten im Hinblick auf Kataplexien.

#### **Mögliche Maßnahmen zur Unterstützung und alternative Lernzielkontrollen:**

- versäumte Zeit nachträglich einräumen
- evtl. eine zweite kürzere Testeinheit anbieten
- generell Nachholtermine einplanen
- Kopien statt Diktate
- Mündliche Abfragen statt schriftlicher Tests, unter Umständen nicht im Beisein der Mitschüler
- Erholungsphasen einplanen
- Wenn nötig Unterstützung durch Betreuer einholen

#### **Mögliche Maßnahmen bei Hausaufgaben:**

- Kürzere oder andere Aufgaben stellen
- Hausaufgaben für Betroffene vorbereiten (Arbeitsblätter etc.)
- Genehmigung, dass Hausaufgaben unter Umständen zu späterem Zeitpunkt eingereicht werden (z. B. nach dem Wochenende)