

Modellsatz 03

Leseverstehen – Text

Quelle: <http://www.spiegel.de/spiegelwissen/0,1518,660645,00.html>, von Samiha Shafy
4.971 Zeichen mit Leerzeichen (Text leicht verändert)

Schlafwandler – Sprung auf die Markise

1 Immer wieder stand der Student im Dunkeln auf, ging in die Küche und verschlang die Es-
2 sensvorräte seiner Mitbewohner. Stellten sie ihn am anderen Tag wütend zur Rede, konnte er
3 sich an nichts erinnern. Verwirrt war zunächst auch die junge Frau, die morgens im Bett je-
4 weils mit schmerzenden, blutig geschürften Knien erwachte. Die ältere Dame hingegen, die
5 eines Nachts aus ihrem Schlafzimmerfenster im zweiten Stock auf eine Markise herabstürzte,
6 was sie, von Kratzern und Prellungen abgesehen, heil überstand, ahnte schon, wo ihr Problem
7 lag. Zuvor war sie manchmal im Bett eingeschlafen, aber in der Besenkammer erwacht, ohne
8 zu wissen, wie sie dorthin gekommen war.

9 Wie so viele Schlafwandler landeten auch diese Drei irgendwann bei Ingo Fietze. Er ist Leiter
10 des Interdisziplinären Schlafmedizinischen Zentrums eines Berliner Krankenhauses. In
11 Deutschland gibt es neben ihm kaum jemanden, der sich so intensiv mit Schlafwandeln be-
12 schäftigt.

13 **1** _____

14 „Schlafwandeln ist eine sehr interessante Störung“, sagt Fietze. „Das Problem ist nur, dass sie
15 weltweit noch kaum erforscht wird.“ Schlafmedizinische Forschung gebe es ja erst seit drei
16 Jahrzehnten, und am Anfang habe man sich eben mit den naheliegenderen Problemen be-
17 fasst wie beispielsweise Schnarchen. Schlafwandeln hingegen zählt bis heute zu den rätsel-
18 haftesten Phänomenen der Medizin. Bei den Erwachsenen sind es Schätzungen zufolge drei
19 bis vier Prozent, die schlafwandeln, wobei Männer und Frauen etwa gleich häufig betroffen
20 sind. Die meisten waren schon als Kinder Schlafwandler; mögliche Auslöser oder Verstärker
21 sind Stress, Schlafmangel, Alkohol, bestimmte Medikamente und Krankheiten wie Migräne.

22 **2** _____

23 Man muss nicht zwingend im Tiefschlaf spazieren gehen, essen oder verunglücken, um
24 Schlafwandler im krankhaften Sinne zu sein: Es genügt, sich schlafend im Bett aufzusetzen,
25 mit den Füßen den Boden zu berühren und anschließend wieder in die Kissen zu sinken.

26 Ärztliche Hilfe suchen Schlafwandler oft erst nach Jahren – wenn ihre nächtlichen Eskapaden
27 für sie oder ihre Partner allzu störend oder bedrohlich werden. „Ich habe schon alle möglichen

28 Schlafwandler gesehen, junge und alte, männliche und weibliche, verrückte und harmlose",
29 erzählt Fietze. „Wir nehmen sie alle für vier Tage ins Schlaflabor, um die Diagnose zu erhär-
30 ten."

31 Im Gegensatz zu den meisten anderen Schlafstörungen tritt Schlafwandeln ausschließlich im
32 Tiefschlaf auf – also vor allem in der ersten Nachthälfte. Indizien sind ungewöhnlich lange
33 Tiefschlafphasen über 40 Minuten und erhöhte Muskelspannung oder Bewegungen dabei.
34 Nach einer Tiefschlafphase kommt es häufig zu einem abrupten Wechsel in die Traumschlaf-
35 phase und nicht, wie bei normalen Schläfern, zu einem kontinuierlichen Übergang.

36 Wenn die Ärzte Glück haben, steigt der Patient auch im Labor aus dem Bett und reißt sich
37 dabei unbemerkt die Elektroden für die Messung von Hirnströmen und Kiefermuskelspannung
38 vom Kopf. Brechen die Aufzeichnungen ab, während die Hirnstrommessung eine Tiefschlaf-
39 phase anzeigt, handelt es sich mit hoher Wahrscheinlichkeit um einen Schlafwandler.

40 **3**

41 Komplizierter wird es, wenn der Schläfer während des so genannten REM-Schlafs, also wäh-
42 rend des Traumschlafs aktiv wird: „Eine Traumschlaf-Verhaltensstörung ist seltener, aber ge-
43 fährlicher als Schlafwandeln", erklärt Fietze. "Die Betroffenen leben Träume aus, und wenn sie
44 im Traum gerade um sich schlagen und kämpfen, tun sie das eben auch im Bett." Ihre Bewe-
45 gungen seien schneller und abrupter als die von Schlafwandlern.

46 Ein Vorteil dieser Störung ist jedoch, dass Menschen im Traumschlaf leichter zu wecken sind
47 und sich eher an das Geschehene erinnern können als Schlafwandler. Diese nehmen nämlich
48 keinerlei audiovisuelle Reize wahr: „Einem Schlafwandler muss man im Zweifel schon eine
49 Ohrfeige geben, damit er nicht aus dem Fenster springt", rät Fietze.

50 Was im Gehirn von Schlafwandlern vor sich geht, ist erst bruchstückhaft bekannt. „Im Tief-
51 schlaf sinkt die Aktivität in einem bestimmten Bereich des Großhirns, der unter anderem für
52 Aufmerksamkeit, Entscheidungsfindung und Gerechtigkeitssinn verantwortlich ist", erläutert
53 Fietze. Dadurch wird die Kontrolle des so genannten Limbischen Systems beeinträchtigt, das
54 an der Entstehung von Emotionen und Gewalt beteiligt ist – was aggressive Handlungen von
55 Schlafwandlern erklären könnte.

56 Sämtliche Messdaten aus dem Schlaflabor sammelt sein Forschungsteam in einer Schlafda-
57 tenbank, um sie später statistisch auszuwerten und dabei Auffälligkeiten im Gehirn für die ver-
58 schiedenen Schlafstörungen zu finden.

59 Seinen schlafwandelnden Patienten gibt Fietze meist ein Schlafmittel, das die Tiefschlafpha-
60 sen verkürzt. „Das ist die einzig vernünftige Behandlung", sagt er. Nach einem halben oder
61 ganzen Jahr werde die Dosis dann langsam bis auf null reduziert. Mit etwas Glück, so Fietze,
62 würden die nächtlichen Ausflüge bis dahin einfach aufhören.