

Melatonin bei Schlafstörungen im Kindesalter

FRAGE von E. S. aus B. B.

Im vorliegenden Fall wurde Melatonin 2 mg als Nahrungsergänzungsmittel vom Kinderarzt für ein 4-jähriges Mädchen verordnet und dieses mit 4 mg täglich dosiert. Dadurch verbesserten sich die Einschlafstörungen, jedoch bestanden weiterhin Durchschlafstörungen. Daraufhin wurde zusätzlich Melatonin retard (Circadin 2 mg) verordnet. Unsere Empfehlung dazu lautet nun 2 mg Melatonin + 2 mg Melatonin retard einzunehmen.

- > Wäre das auch Ihre Empfehlung?
- > Gibt es generell Erfahrungen zur Medikation von Schlafstörungen bei Kindern mit Melatonin?

vor dem Schlafengehen. In fast allen Studien profitieren die Kinder vom Einsatz des Melatonins. Zu der Frage der Kombination eines nicht retardierten mit einem retardierten Melatonin liegen keine Studien vor. Sinnvoll ist die Kombination aber in jedem Fall, auch aus meiner persönlichen Erfahrung heraus. Zum Einsatz von Melatonin bei Kindern mit Epilepsie und Kindern mit syndromalen Erkrankungen mit und ohne Retardierung blicke ich auf viele Jahre klinischer Erfahrung zurück. Nebenwirkungen habe ich auch bei höherer Dosierung – z.B. 12 mg als Einzeldosis – nicht gesehen, was zu den Angaben in der Literatur gut passt, hier wird Melatonin im Kindesalter auch als sehr gut verträglich beschrieben. Es sollte darauf geachtet werden, nur reines Melatonin zu verordnen. Eltern sollten sich nicht mit Melatonin aus dem Supermarkt in den USA eindecken.

Zu vorliegenden Dosierung: 2 mg nicht retardiertes kombiniert mit 2 mg retardiertem Melatonin kann bei fehlender Effektivität unkompliziert verdoppelt werden, bei Durchschlafstörungen kann der retardierte Anteil der Dosis auch isoliert angeho-ben werden. Mit Nebenwirkungen ist nicht zu rechnen.

EXPERTENANTWORT

Im vorliegenden Fall wurde Melatonin 2 mg als Nahrungsergänzungsmittel vom Kinderarzt für ein 4-jähriges Mädchen verordnet und dieses mit 4 mg täglich dosiert. Dadurch verbesserte sich die Einschlafstörung, jedoch bestanden weiterhin Durchschlafstörungen. Daraufhin wurde zusätzlich Melatonin retard (Cicardin 2 mg) verordnet. Unsere Empfehlung dazu lautet nun 2 mg Melatonin + 2 mg Melatonin retard einzunehmen.

In der Literatur mehren sich die Studien zur Therapie von Schlafstörungen bei Kindern mit unterschiedlichen Erkrankungen; sehr viele Kinder mit unterschiedlichen Graden einer Behinderung, überwiegend geistigen Behinderung, haben z. T. sehr ausgeprägte Einschlaf- und Durchschlafstörungen. Der Einsatz von Melatonin lohnt sich unbedingt. Die Studienlage ist begrenzt, die Dosisempfehlungen schwanken von 0,1 mg/kg KG bis zu 12 mg als fixe Einzeldosis, 30-40 Minuten

Univ. Prof. Dr. Gerhard Kurlemann

Universitätsklinikum Münster
Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Neuropädiatrischer Bereich
48129 Münster

**Haben Sie pädiatrische Fragen
aus der Apothekenpraxis?**

Schreiben Sie an:

beratung@padiaakademie.de