

## **B2 Lesetext: Narkolepsie**

Narkolepsie ist eine seltene neurologische Erkrankung, die den Schlaf-Wach-Rhythmus stört. Betroffene leiden unter plötzlichen Schlafanfällen und extremer Tagesmüdigkeit, unabhängig davon, wie viel sie in der Nacht geschlafen haben. Die Krankheit tritt meist im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter auf und begleitet die Betroffenen oft ein Leben lang.

Die genaue Ursache der Narkolepsie ist noch nicht vollständig geklärt. Wissenschaftler gehen jedoch davon aus, dass ein Mangel des Botenstoffs Hypocretin im Gehirn eine entscheidende Rolle spielt. Hypocretin ist für die Regulierung des Wachseins und des Schlafs zuständig. Auch genetische Faktoren können das Risiko für Narkolepsie erhöhen.

Die Symptome der Narkolepsie sind vielfältig. Neben der starken Tagesmüdigkeit kommt es häufig zu plötzlichen Schlafattacken, die ohne Vorwarnung auftreten. Ein weiteres typisches Symptom ist die Kataplexie, ein plötzlicher Verlust der Muskelkontrolle, der meist durch starke Emotionen wie Lachen oder Wut ausgelöst wird. Viele Betroffene erleben zudem Schlaflähmungen, bei denen sie beim Einschlafen oder Aufwachen für kurze Zeit bewegungsunfähig sind. Halluzinationen in diesen Übergangsphasen zwischen Wachen und Schlafen sind ebenfalls möglich.

Die Folgen der Narkolepsie können erheblich sein. Im Alltag führt die unkontrollierbare Müdigkeit zu Problemen in Schule, Beruf und sozialen Beziehungen. Das Unfallrisiko ist erhöht, besonders im Straßenverkehr oder bei gefährlichen Tätigkeiten. Viele Betroffene leiden unter psychischen Belastungen wie Depressionen oder Angstzuständen, da die Krankheit den Alltag stark beeinträchtigen kann.

Obwohl Narkolepsie nicht heilbar ist, gibt es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, um die Symptome zu kontrollieren. Medikamente können die Tagesmüdigkeit verringern. Darüber hinaus sind strukturierte Tagesabläufe mit geplanten Kurzschlafphasen wichtig, um die Wachheit zu unterstützen. Die Aufklärung des sozialen Umfelds kann ebenfalls dazu beitragen, Missverständnisse zu vermeiden und das Verständnis für die Erkrankung zu fördern. Die frühzeitige Diagnose und eine individuell angepasste Therapie sind entscheidend, um die Lebensqualität von Menschen mit Narkolepsie zu verbessern. Mit der richtigen Behandlung können viele Betroffene ein ganz normales Leben führen, obwohl die Krankheit chronisch bleibt.

### **Fragen zum Text:**

- 1.Narkolepsie steuert den Schlaf-Wach-Rhythmus. **Richtig/ Falsch**
- 2.Es handelt sich um eine Erkrankung, die sich meistens in der Kindheit bemerkbar macht.  
**Richtig/ Falsch**
- 3.Es ist umstritten, was der genaue Auslöser der Krankheit ist. **Richtig/ Falsch**
- 4.Was bedeutet der Begriff „Kataplexie“? Erklären Sie mit eigenen Worten.

- 5.Was sind die Symptome der Krankheit? Nennen Sie zwei.
- 6.Die Erkrankung kann den Alltag der Betroffenen enorm erschweren. **Richtig/ Falsch**
- 7.Narkolepsie ist eine chronische unheilbare Erkrankung. **Richtig/ Falsch**
- 8.Die Tagesmüdigkeit kann durch Medikamente gemindert werden. **Richtig/ Falsch**
- 9.Was kann man gegen die Erkrankung tun? Nennen Sie einige Maßnahmen.