

# BETER LEREN DOOR BETER SLAPEN

## Slaapproblemen en dagelijks functioneren bij jongeren met autisme: een systematische review

Ilona Schouwenaars<sup>1</sup>, Maurice Magnée<sup>1</sup>, Hilde Geurts<sup>2</sup>, Coen van Bennekom<sup>3</sup>, Sigrid Pillen<sup>4</sup> & Jan-Pieter Teunisse<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN), Lectoraat Volwaardig Leven met Autisme

<sup>2</sup> Universiteit van Amsterdam

<sup>3</sup> Heliomare

<sup>4</sup> Centrum voor Slaapgeneeskunde Kempenhaeghe

### Achtergrond

- Slaapproblemen komen veel voor bij adolescenten met autisme<sup>1</sup>, met gerapporteerde percentages tot 88%<sup>2</sup>.
- Ter vergelijking: de percentages slaapproblemen bij adolescenten zonder autisme variëren van 7 tot 38%<sup>2,3</sup>.
- Steeds meer onderzoeken tonen aan dat slaapproblemen een grote impact hebben op het dagelijks functioneren van adolescenten<sup>4</sup>.
- Onderzoek naar deze relatie bij adolescenten met autisme is echter nog weinig gedaan.
- Doel: het geven van een overzicht van de huidige kennis over de relatie tussen slaap (slaapproblemen in het algemeen, inslaapduur, totale slaaptijd, slaapefficiëntie, slaap-waakritme) en dagelijks functioneren (internaliserend gedrag, externaliserend gedrag, sociaal gedrag, autismesymptomen, concentratie, vermoeidheid) bij adolescenten met autisme.**

### Methode

- Om relevante studies voor deze review te identificeren hebben we in september 2020 vijf databases (APA PsycINFO, Cochrane, ERIC, PubMed, Web of Science) doorzocht.
- Het INSAR congresarchief en de referentielijsten van geïncludeerde studies zijn handmatig bekeken.
- Studies werden geïncludeerd in de review als ze voldeden aan de volgende criteria:
  - ✓ deelnemers aan de studie hebben de diagnose autismespectrumstoornis;
  - ✓ deelnemers aan de studie zijn in de leeftijd van 10 tot 19 jaar oud;
  - ✓ deelnemers aan de studie hebben géén verstandelijke beperking;
  - ✓ de studie relateert slaap (slaapproblemen in het algemeen, inslaapduur, totale slaaptijd, slaapefficiëntie, slaap-waakritme) aan dagelijks functioneren;
  - ✓ de studie is beschikbaar in het Engels;
  - ✓ de studie is gebaseerd op empirische data.

### Resultaten

- In totaal zijn er negen studies ( $N_{\text{deelnemers}} = 674$ ) geïncludeerd in de review.
- De meest prominente bevinding was de relatie van alle slaapparameters (slaapproblemen in het algemeen, inslaapduur, totale slaaptijd, slaapefficiëntie) met internaliserend gedrag; hoe meer slaapproblemen, hoe meer internaliserend gedrag (Tabel 1).**
- Daarnaast werden de meeste significante relaties met dagelijks functioneren gevonden voor slaapproblemen in het algemeen en slaapefficiëntie.

### Conclusies

- Slechts een beperkt aantal onderzoeken richten zich op de adolescente doelgroep en de onderzoeken die dit doen hebben vaak een beperkt aantal deelnemers.
- Toekomstig onderzoek zou zich moeten richten op deze specifieke doelgroep en waarbij een grotere steekproef wordt getrokken.
- Ook zou toekomstig onderzoek zowel subjectieve als objectieve maten om slaap te meten moeten betrekken om de relatie tussen slaapproblemen en dagelijks functioneren bij adolescenten met autisme verder te onderzoeken.
- Als laatste, om ook de causale relatie tussen slaapproblemen en dagelijks functioneren te onderzoeken is een longitudinale onderzoeksopzet nodig.

### Discussie

- De resultaten van deze review geven input voor gepersonaliseerde slaapinterventies.
- Er is echter meer onderzoek nodig om een duidelijker beeld te krijgen van de relatie tussen specifieke slaapparameters en het functioneren overdag om zo nog betere input te krijgen voor slaapinterventies.

Tabel 1  
Overzicht van de relaties tussen slaap en internaliserend gedrag

Slaapproblemen in het algemeen	Internaliserend gedrag
Ouder- of zelfgerapporteerd	
(Phung et al., 2018)	$r = .20$ tot $.42$
(Thenhausen et al., 2017)	$r = .06$ tot $.18$
<b>Totale slaaptijd</b>	<b>Internaliserend gedrag</b>
Objectief gemeten	
(Bruni et al., 2007)	$r = -.58$
(Phung et al., 2018)*	$\beta = .73$
(Richdale et al., 2014)	$r = -.27$ en $.37$
Ouder- of zelfgerapporteerd	
(Richdale et al., 2014)	$r = -.43$ tot $-.04$
<b>Inslaapduur</b>	<b>Internaliserend gedrag</b>
Objectief gemeten	
(Bruni et al., 2007)	$r = .38$
(Richdale et al., 2014)	$r = .17$ en $.35$
Ouder- of zelfgerapporteerd	
(Richdale et al., 2014)	$r = .51$ en $.59$
<b>Slaapefficiëntie</b>	<b>Internaliserend gedrag</b>
Objectief gemeten	
(Bruni et al., 2007)	$r = -.32$
(Phung et al., 2018)*	$\beta = -.94$
Ouder- of zelfgerapporteerd	
(Richdale et al., 2014)	$r = -.46$ and $-.43$
<b>Slaap-waak ritme</b>	<b>Internaliserend gedrag</b>
Objectief gemeten	
(Richdale et al., 2014)	$r = .22$ tot $.54$
Ouder- of zelfgerapporteerd	
(Richdale et al., 2014)	$r = .17$ tot $.40$

Net significante relatie(s)  
Zowel significante als niet significante relatie(s)  
Significante relatie(s)

Contact: [Ilona.Schouwenaars@han.nl](mailto:Ilona.Schouwenaars@han.nl)  
Meer informatie: [www.han.nl/slaaponderzoek](http://www.han.nl/slaaponderzoek)

### Referenties

<sup>1</sup> Cortesi, F., Giannotti, F., Ivanenko, A., & Johnson, K. (2010). Sleep in children with autistic spectrum disorder. *Sleep Medicine*, 11(7), 659-664.

<sup>2</sup> Hodge, D., Carollo, T. M., Lewin, M., Hoffman, C. D., & Sweeney, D. P. (2014). Sleep patterns in children with and without autism spectrum disorders: Developmental comparisons. *Research in Developmental Disabilities*, 35(7), 1631-1638.

<sup>3</sup> Paavonen, E. J., Vehkalahti, K., Vanhala, R., von Wendt, L., Nieminen-von Wendt, T., & Aronen, E. T. (2008). Sleep in children with asperger syndrome. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38(1), 41-51.

<sup>4</sup> Curcio, G., Ferrara, M., & De Gennaro, L. (2006). Sleep loss, learning capacity and academic performance. *Sleep Medicine Reviews*, 10(5), 323-337.