

ÇOCUK VE ERGENLERDE UYKU VE UYKU BOZUKLUKLARINA YAKLAŞIM

Editörler

Prof. Dr. Eyüp Sabri ERCAN- Doç. Dr. Öznur BİLAÇ
Uzm. Dr. Hakan ÖĞÜTLÜ- Uzm. Dr. Canem KAVURMA



© Copyright 2022

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN	Yayın Koordinatörü
978-625-8299-68-7	Yasin DİLMEN
Kitap Adı	Sayfa ve Kapak Tasarımı
Çocuk ve Ergenlerde Uyku ve Uyku Bozukluklarına Yaklaşım	Akademisyen Dizgi Ünitesi
Editörler	Yayıncı Sertifika No
Prof. Dr. Eyüp Sabri ERCAN ORCID iD: 0000-0002-9844-8342 Doç. Dr. Öznur BİLAÇ ORCID iD: 0000-0001-8369-6215 Uzm. Dr. Hakan ÖĞÜTLÜ ORCID iD: 0000-0002-1325-446X Uzm. Dr. Canem KAVURMA ORCID iD: 0000-0003-0086-8726	47518
	Baskı ve Cilt
	Vadi Matbaacılık
	Bisac Code
	MED105010
	DOI
	10.37609/akya.2075

UYARI

Bu üründe yer alan bilgiler sadece lisanslı tıbbi çalışanlar için kaynak olarak sunulmuştur. Herhangi bir konuda profesyonel tıbbi danışmanlık veya tıbbi tanı amacıyla kullanılmamalıdır. Akademisyen Kitabevi ve alıcı arasında herhangi bir şekilde doktor-hasta, terapist-hasta ve/veya başka bir sağlık sunum hizmeti ilişkisi oluşmaz. Bu ürün profesyonel tıbbi kararların eşleniği veya yedeği değildir. Akademisyen Kitabevi ve bağlı şirketleri, yazarları, katılımcıları, partnerleri ve sponsorları ürün bilgilerine dayalı olarak yapılan bütün uygulamalardan doğan, insanlarda ve cihazlarda yaralanma ve/veya hasarlardan sorumlu değildir.

İlaçların veya başka kimyasalların reçete edildiği durumlarda, tavsiye edilen dozunu, ilacın uygulanacak süresi, yöntemi ve kontraendikasyonlarını belirlemek için, okuyucuya üretici tarafından her ilaca dair sunulan güncel ürün bilgisini kontrol etmesi tavsiye edilmektedir. Dozun ve hasta için en uygun tedavinin belirlenmesi, tedavi eden hekimin hastaya dair bilgi ve tecrübelerine dayanak oluşturması, hekimin kendi sorumluluğundadır.

Akademisyen Kitabevi, üçüncü bir taraf tarafından yapılan ürüne dair değişiklikler, tekrar paketlemeler ve özelleştirmelerden sorumlu değildir.

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A Yenışehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

ÖNSÖZ

Günümüzde, Covid-19 pandemisinin de yoğun etkisiyle psikolojik ve fiziksel sorunlar her geçen gün daha da artmaktadır. Sağlık alanında bebeklerde ve çocuklarda birçok uyku bozukluğu tanımlanmış olsa da, çocukların uykusu çoğunlukla ihmal edilmiş, genellikle değerlendirme dışında kalmıştır. Oysaki, bebeklik ve çocukluk dönemindeki uyku bozukluklarının doğru teşhisi ve tedavisi, çocukların sağlıklı gelişimi için büyük bir önceliktir. Bu kitabın amacı, sağlık alanında çocuklarla çalışan veya uyku tıbbına ilgi duyan her bireyin uyku bozukluklarını gözden geçirmesini sağlamaktır.

Bu kitap, çocuklarda uyku bozukluklarının teşhisi ve tedavisi için pratik bir el kitabıdır. Bebeklerde, çocuklarda ve ergenlerde en sık karşılaşılan uyku bozukluklarına genel bir bakış sunulmaktadır. Uyku tıbbi alanında, çocuk ve ergenlerde yazılmış en detaylı kitaptır. İnsomnia (uykusuzluk), hipersomni, solunumla ilişkili uyku bozuklukları, sirkadiyen ritim bozuklukları, parasomniler ve uyku sırasındaki hareket bozuklukları dahil olmak üzere temel uyku bozuklukları ayrıntılı olarak tartışılmaktadır. Ayrıca nörolojik, psikiyatrik ve tıbbi hastalıklarla ilişkili uyku bozukluklarını da kapsamaktadır.

Kitabın ilk bölümleri, çocukluk çağı uyku fizyolojisi ve nörobiyolojisine, uyku bozukluklarının epidemiyolojisine ve değerlendirme yöntemlerine odaklanmaktadır. İlerleyen bölümlerde ise, en sık görülen uyku bozukluklarını daha derinlemesine anlatmaktadır. Bu kitap, çocuk psikiyatristlerini, çocuk nörologlarını, pediatrikleri, uyku araştırmacılarını, uyku alanında çalışan sağlık çalışanlarını ve bunun yanı sıra uyku bozukluğuna ilgi duyan veya bu sorunları yaşayan bireyleri ve ailelerini hedeflemektedir.

Bu süreçte, değerli katkılarıyla desteklerini sunan yazarlarımıza ayrıca teşekkür ederiz.

Bu kitabı, klinik uygulamada bir başvuru rehberi olarak alana kazandırmaktan onur ve mutluluk duyarız.

İÇİNDEKİLER

Bölüm 1	Uyku Bozukluklarının Tarihsel Gelişimi	1
	<i>İlknur UCUZ</i>	
Bölüm 2	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Bozukluklarının Tanımı ve Epidemiyolojisi.....	15
	<i>Zehra Ece RANDA</i>	
Bölüm 3	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Fizyolojisi ve İşlevi.....	31
	<i>Gülsüm YİTİK TONKAZ</i>	
Bölüm 4	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Nörobiyolojisi.....	45
	<i>Şermin BİLGİN ULGAR</i>	
Bölüm 5	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Bozukluğunun Klinik Özellikleri ve Değerlendirilmesi	59
	<i>Abdullah BOZKURT</i>	
Bölüm 6	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Yoksunluğunun Etkileri ve Uyku Hijyeni.....	79
	<i>Esen YILDIRIM DEMİRDÖĞEN</i>	
Bölüm 7	Bebek ve Küçük Çocuklarda Uyku ve Uyku Sorunları.....	93
	<i>Canem KAVURMA</i> <i>Mehmet KAVURMA</i>	
Bölüm 8	Çocuk ve Ergenlerde İnomnia (Uykusuzluk) Bozukluğu	113
	<i>Seda Aybüke SARI</i>	
Bölüm 9	Hipersomni Bozuklukları	129
	<i>Pınar AYDOĞAN AVŞAR</i>	
Bölüm 10	Çocuk ve Ergenlerde Narkolepsi.....	145
	<i>Neslihan Gökçe YAZGILI KAHVECİ</i>	

Bölüm 11	Çocuk ve Ergenlerde Solunumla İlişkili Uyku Bozuklukları 161 <i>Ayla UZUN ÇİÇEK</i>
Bölüm 12	Çocuk ve Ergenlerde Sirkadiyen Ritim Uyku-Uyanıklık Bozuklukları..... 179 <i>Mehmet KARADAĞ</i>
Bölüm 13	Çocuk ve Ergenlerde NREM Uykusu Uyanma Bozuklukları 193 <i>Ceren EVCEN JANBAKHISHOV</i>
Bölüm 14	Çocuk ve Ergenlerde Kâbus Bozukluğu..... 211 <i>Ebru SAĞLAM</i>
Bölüm 15	Çocuk ve Ergenlerde REM Uykusu Davranış Bozukluğu..... 221 <i>İbrahim TİRYAKİ</i>
Bölüm 16	Çocuk ve Ergenlerde Huzursuz Bacak Sendromu.....233 <i>Veysel ÖZDAĞ</i>
Bölüm 17	Çocuk ve Ergenlerde Madde veya İlaçların Yol Açtığı Uyku Bozuklukları..... 261 <i>Cansu Pınar YAVAŞ</i>
Bölüm 18	Çocuk ve Ergenlerde Duygudurum Bozuklukları ve Uyku..... 277 <i>Meryem KAŞAK</i>
Bölüm 19	Çocuk ve Ergenlerde Anksiyete Bozuklukları ve Uyku 305 <i>Necati UZUN</i>
Bölüm 20	Çocuk ve Ergenlerde Travma ve Uyku 315 <i>Süleyman ÇAKIROĞLU</i>
Bölüm 21	Çocuk ve Ergenlerde Psikotik Bozukluklar ve Uyku323 <i>Büşra DURAN</i>
Bölüm 22	Çocuk ve Ergenlerde Otizm Spektrum Bozukluğu ve Uyku339 <i>Berkan ŞAHİN</i>
Bölüm 23	Çocuk ve Ergenlerde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ve Uyku.....357 <i>Mehmet Akif AKINCI</i>

Bölüm 24	Çocuk ve Ergenlerde İnternet-Teknoloji Bağımlılığı ve Uyku.....	373
	<i>Bedia Sultan ÖNAL</i>	
	<i>S. Burak AÇIKEL</i>	
Bölüm 25	Çocuk ve Ergenlerde Madde Kullanım Bozukluğu ve Uyku.....	381
	<i>Serkan TURAN</i>	
Bölüm 26	Onkolojik Hastalığı Olan Çocuk ve Ergenlerde Uyku Sorunları.....	391
	<i>Elif AKÇAY</i>	
Bölüm 27	Kronik Hastalığı Olan Çocuk ve Ergenlerde Uyku Sorunları.....	403
	<i>Gonca ÖZYURT</i>	
Bölüm 28	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Bozukluklarının Tedavisinde Kullanılan İlaçlar	413
	<i>Ümit IŞIK</i>	
Bölüm 29	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Bozukluklarının Bilişsel Davranışçı Terapisi.....	433
	<i>Erdem ERTAŞ</i>	
Bölüm 30	Çocuk ve Ergenlerde Uyku Bozukluklarında Kullanılan Ölçekler	447
	<i>Ali Mert BEŞENEK</i>	
Bölüm 31	Çocuk ve Ergenlerde Rüyalar	455
	<i>Deniz ARGÜZ ÇILDIR</i>	
Bölüm 32	Çocuk ve Ergenlerde Jet Lag.....	465
	<i>Elif ABANOZ</i>	

Editörler

Prof. Dr. Eyüp Sabri ERCAN

Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0002-9844-8342

Doç. Dr. Öznur BİLAÇ

Manisa Celâl Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0001-8369-6215

Uzm. Dr. Hakan ÖĞÜTLÜ

Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Çocuk ve Ergen Psikiyatri Uzmanı - Serbest Hekim
ORCID iD: 0000-0002-1325-446X

Uzm. Dr. Canem KAVURMA

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi
ORCID iD: 0000-0003-0086-8726

Yazarlar

Uzm. Dr. Elif ABANOZ

Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği
ORCID iD: 0000-0002-9214-4735

Doç. Dr. Sadettin Burak AÇIKEL

Ankara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0002-8964-9513

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif AKINCI

Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0002-6436-4394

Uzm. Dr. Elif AKÇAY

Ankara Şehir Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği
ORCID iD: 0000-0002-4673-6254

Uzm. Dr. Pınar AYDOĞAN AVŞAR

Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği
ORCID iD: 0000-0001-5938-3243

Doç. Dr. Ali Mert BEŞENEK

NP İstanbul Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları
ORCID iD: 0000-0003-1637-2485

Dr. Öğr. Üyesi Abdullah BOZKURT

Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0002-8359-6131

Dr. Öğr. Üyesi Süleyman ÇAKIROĞLU

Altınbaş Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.
ORCID iD: 0000-0002-4362-8880

Uzm. Dr. Deniz ARGÜZ ÇILDIR

Özel muayenehane

ORCID iD: 0000-0002-6708-8372

Doç. Dr. Ayla UZUN ÇİÇEK

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp
Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-2274-3457

Dr. Öğr. Üyesi Esen YILDIRIM DEMİRDÖĞEN

Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk
ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0002-2457-5832

Uzm. Dr. Büşra DURAN

Özel Muayenehane

ORCID iD: 0000-0003-1884-2217

Uzm. Dr. Erdem ERTAŞ

Bahçelievler Medicalpark Hastanesi
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları Kliniği

ORCID iD: 0000-0003-2773-4840

Doç. Dr. Ümit IŞIK

Süleyman Demirel Üniversitesi Araştırma
ve Uygulama Hastanesi Çocuk ve Ergen
Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0001-6006-3247

Uzm. Dr. Ceren EVCEN JANBAKHISHOV

Fetal Merkez NS Genetics Bakü-
Azerbaycan

ORCID iD: 0000-0002-1850-7470

Uzm. Dr. Neslihan Gökçe YAZGILI KAHVECİ

Dr. Lütfi Kırdar Şehir Hastanesi, Çocuk ve
Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği

ORCID iD: 0000-0003-0314-7422

Doç. Dr. Mehmet KARADAĞ

Gaziantep Üniversitesi, Tıp Fakültesi
Çocuk Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları AD

ORCID iD: 0000-0002-4130-0494

Uzm. Dr. Canem KAVURMA

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Dr. Behçet
Uz Çocuk Hastalıkları Cerrahisi Eğitim ve
Araştırma Hastanesi

ORCID iD: 0000-0003-0086-8726

Uzm. Dr. Mehmet KAVURMA

Manisa Ruh Sağlığı ve Hastalıkları
Hastanesi

ORCID iD: 0000-0002-9080-914X

Uzm. Dr. Meryem KAŞAK

Ankara Şehir Hastanesi, Çocuk Psikiyatri
Kliniği

ORCID iD: 0000-0003-0176-868X

Dr. Veysel ÖZDAĞ

İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi,
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0002-9019-0316

Dr. Öğr. Üyesi Bedia Sultan ÖNAL

Giresun Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk
ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-2818-4764

Doç. Dr. Gonca ÖZYURT

İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Tıp
Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0002-0508-0594

Uzm. Dr. Zehra Ece RANDA

Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi,
Çocuk Psikiyatri Kliniği

ORCID iD: 0000-0003-3610-842X

Uzm. Dr. Ebru SAĞLAM

Aksaray Üniversitesi Eğitim ve Araştırma
Hastanesi, Çocuk Psikiyatri Kliniği

ORCID iD: 0000-0002-6030-5549

Doç. Dr. Seda Aybüke SARI

Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Tıp
Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-4793-0662

Doç. Dr. Berkan ŞAHİN

Giresun Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk
ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-4699-3418

Uzm. Dr. İbrahim TİRYAKİ

Edirne Sultan 1. Murat Devlet Hastanesi,
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları Kliniği

ORCID iD: 0000-0002-4470-2501

Uzm. Dr. Gülsüm YİTİK TONKAZ

Erzurum Şehir Hastanesi Çocuk ve Ergen
Ruh Sağlığı ve Hastalıkları

ORCID iD: 0000-0001-7195-2293

Dr. Öğr. Üyesi Serkan TURAN

Bursa Uludağ Üniversitesi, Tıp Fakültesi
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0002-6548-0629

Doç. Dr. İlknur UCUZ

İnönü Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh
Sağlığı ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-1986-4688

Dr. Öğr. Üyesi Necati UZUN

Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram
Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı
ve Hastalıkları AD.

ORCID iD: 0000-0003-3381-2331

Uzm. Dr. Şermin BİLGİN ULGAR

Ankara Şehir Hastanesi, Çocuk ve Ergen
Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği

ORCID iD: 0000-0001-5237-220X

Uzm. Dr. Cansu Pınar YAVAŞ

Zonguldak Kadın Doğum ve Çocuk
Hastalıkları Hastanesi, Çocuk Psikiyatri
Kliniği

ORCID iD: 0000-0001-7495-4788