



[Långvarig trötthet och narkolepsi](#)

Narkolepsi är en sjukdom som gör att du är mycket sömning på dagarna. Du kan också plötsligt bli svag i musklerna. Narkolepsi går inte att bli av med helt. Men det finns läkemedel som gör att du får lättare att hålla dig vaken på dagarna och sova bättre på nätterna.

Narkolepsi är en ovanlig sjukdom som brukar uppstå i tonåren. Men man kan också få den tidigare eller senare i livet.

Det är vanligt med några av följande symtom om du har narkolepsi:

- Du har en kraftig sömnhet som gör det mycket svårt att inte somna på dagen. Det är särskilt svårt i samband med stillsamma aktiviteter eller enformigt arbete.
- Din sömn är störd och orolig. Du vaknar många gånger och har ofta mardrömmar.
- Du går upp i vikt.
- Du känner dig nedstämd.
- Du har svårigheter med koncentration och minne.

Kataplexi innebär att du plötsligt blir slapp i vissa muskler när du får vissa känslor. Oftast händer det i samband med skratt. Men det kan också hända om du blir arg, förvånad eller rädd. Du kan bli försvagad i ansiktsmuskulaturen, i nacken eller i benen. Svagheten varar oftast inte mer än två minuter.

Hallucinationer kan påverka syn, hörsel, lukt och känsel när du somnar eller vaknar. Det innebär att du ser eller hör saker i rummet där du sover eller känner någon som vidrör dig, utan att någon verkligen finns där. Ofta är hallucinationerna skrämmande.

Sömnparys uppstår ofta samtidigt som hallucinationerna. Det innebär att du känner dig förlamad i samband med att du somnar och vaknar. När det händer kan du varken röra armar eller ben och du kan inte prata. Förlamningen släpper efter en kort stund.

Kontakta en [vårdcentral](#) för att få träffa en läkare om du tror att du har narkolepsi. Om hen misstänker att du har narkolepsi kan du få [remiss](#) till en neurolog.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Du får berätta för läkaren om dina sömnvanor och om dina besvär. Därefter kan du få göra ett sömntest och lämna ett

[ryggvätskeprov](#). Ibland kan du behöva göra både och för att läkaren ska kunna ställa diagnos.

Narkolepsi går inte att bli av med helt, men det finns flera läkemedel som kan lindra symtomen. Det finns läkemedel som höjer vakenheten på dagarna, minskar attackerna av kataplexi och förbättrar nattsömnen. Det krävs ibland att du använder flera olika läkemedel.

Narkolepsi uppstår när hjärnan har brist på ett ämne som gör att du håller dig vaken och som hjälper till att styra din sömn. Bristen kan uppstå om det så kallade [immunförsvaret](#) som skyddar mot infektioner påverkas. Det leder till skador på hypothalamus, som är ett område i hjärnan.

Narkolepsi beror oftast inte på gener, men nästan alla som får sjukdomen har en så kallad HLA-typ i sitt immunförsvar. Dessutom krävs någon form av yttre påverkan för att man ska få sjukdomen.

En sådan yttre påverkan var den allmänna vaccineringen mot svininfluensa med vaccinet Pandemrix som genomfördes 2009. Den ledde till att antalet fall av narkolepsi ökade i Sverige.

För att kunna vara aktiv i din eller ditt barns vård och ta beslut är det viktigt att du [förstår informationen du får](#) av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår. Du kan också be att få informationen utskriven för att läsa den i lugn och ro.

Även barn ska få vara delaktiga i sin vård. Ju äldre barnet är desto viktigare är det.

Om du inte talar svenska har du rätt att få informationen på ditt eget språk, till exempel [med hjälp av en språktolk](#). Du kan också ha rätt att få [tolkhjälp vid hörselnedsättning](#).

 [Neuro.se](#)

Senast uppdaterad:

2022-03-11

Redaktör:

Peter Tuominen, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Anna Edelvik Tranberg , läkare, specialist på hjärnans och nervsystemets sjukdomar, Neurologimottagningen, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborg

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).