

## Studienteilnehmer für wissenschaftliche Studie gesucht

Für unsere Studie über Gehirnreifung und Schlaf suchen wir gesunde und mit ADHS diagnostizierte Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 14 Jahren. Voraussetzungen sind ansonsten guter Gesundheitszustand, Rechtshändigkeit und ein guter Schlaf; auch in fremder Umgebung.

## Was sind die Ziele unserer Studie?

Neuere Untersuchungen zeigen, dass im Wachzustand und im Schlaf unterschiedliche Abläufe im Gehirn passieren, die für das Funktionieren unseres Gehirns wichtig sind. Eine besondere Rolle spielt dabei der Tiefschlaf. Es wurde gezeigt, dass Kinder und Jugendliche mit ADHS weniger Tiefschlaf haben als gleichaltrige gesunde Kinder. Unsere Studie hat das Ziel, den Tiefschlaf nicht-invasiv und ohne Medikamente zu vertiefen. Dafür werden im Tiefschlaf leise Töne gespielt, welche im Schlaf jedoch nicht wahrgenommen werden und den Tiefschlaf nicht stören. Dabei möchten wir untersuchen, ob verbesserter Schlaf eine positive Auswirkung auf die Aufmerksamkeit hat.

## Welchen Nutzen und welche Rechte hast Du als Teilnehmer?

Die Studie hat für Dich keinen direkten Nutzen. Wir hoffen aber mit den Ergebnissen neue Erkenntnisse über die Rolle des Schlafes während der Entwicklung zu gewinnen. Dabei behandeln wir alle deine Daten vertraulich. Als kleines Dankeschön fürs Mitmachen erhältst Du für jede Nacht, die Du bei uns im Schlaflabor verbringst, einen Kino- oder einen Büchergutschein.

## Welche Untersuchungsmethoden Nutzen wir in unserer Studie?

Mit Hilfe einer EEG Kappe, in der viele Elektroden sitzen, messen wir die Hinströme auf deiner Kopfhaut. In einer Magnetresonanz (MR)- Untersuchung machen wir Bilder von deinem Gehirn. Dabei werden keine Röntgenstrahlen benutzt. Beide Untersuchungen sind völlig schmerzfrei.

## Ablauf der Studie

- **2 Experimentalnächte** im Schlaflabor des Kinderspitals Zürich:
  - Ausfüllen von Fragebögen
  - 3D Aufnahme deines Gehirns (MRT) (1x Abends und 1x morgens)
  - Kurze Aufgabe am PC mit EEG Kappe (1x Abends und 1x morgens)
  - Schlafen mit EEG Kappe
  - Zeitaufwand pro Nacht: Abends ca. 3 Stunden und morgens ca. 2 Stunden
- **Zuhause:**
  - zweiwöchiges Ausfüllen eines Schlaftagebuchs (morgens & abends jeweils 1-2 Minuten)
  - zweiwöchiges Tragen eines Aktivitätsmonitors (dieser trägt sich wie eine Armbanduhr)

## Kontakt

Falls Du / Ihr Sohn/ Ihre Tochter an einer Studienteilnahme interessiert sind, nehmen Sie wie folgt Kontakt mit uns auf:

QR Code:



Link: <https://rq3281.customervoice360.com/uc/schlaf/>

E-Mail: [gehirnundschlaf@gmail.com](mailto:gehirnundschlaf@gmail.com)

Telefon: 044 266 78 28 / 044 266 81 87

Wir informieren Sie/ Dich gerne unverbindlich über den genaueren Ablauf der Studie. Dabei werden wir deine Kontaktdaten registrieren. Diese werden aber sofort wieder gelöscht, falls Du an der Studie nicht teilnehmen möchtest.

Prof. Dr. sc. nat. Reto Huber, Studienleiter  
Kinderspital Zürich ♦ Steinwiesstrasse 75 ♦ 8032 Zürich  
**Studienkoordinatoren: Carina Volk, Valeria Jaramillo**