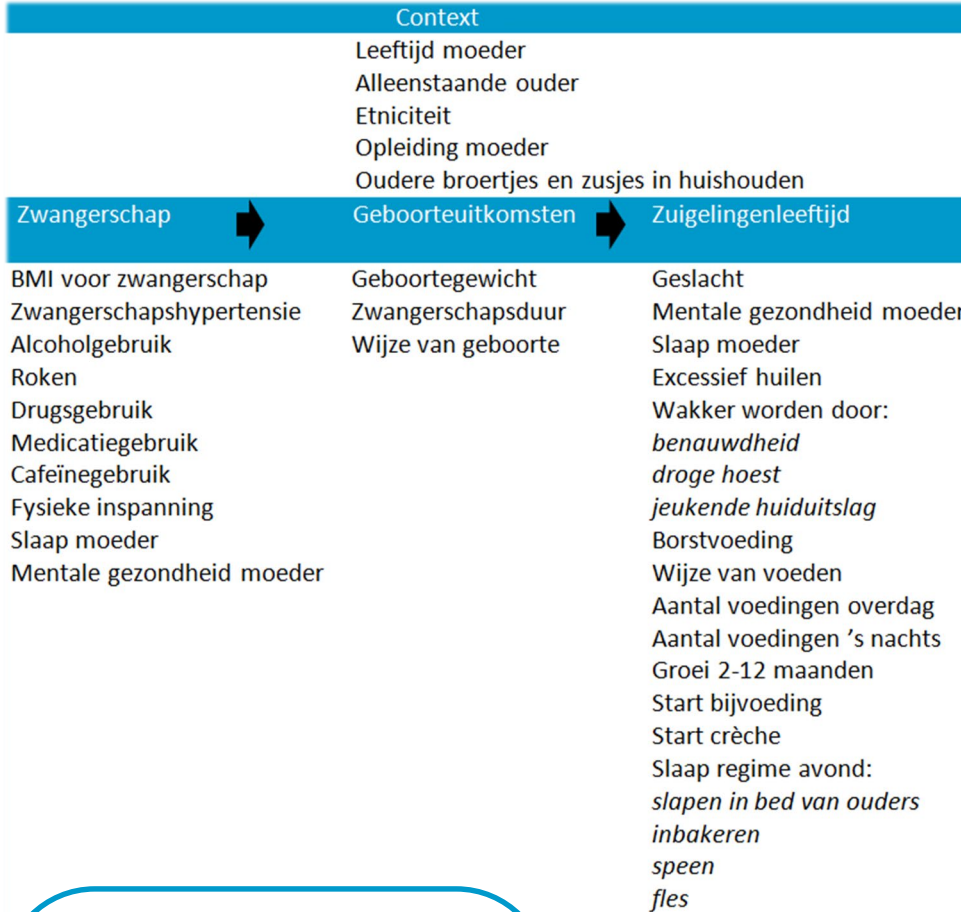


## Welke factoren gedurende de eerste 1000 dagen van het leven hebben verband met slaapduur en -problemen op de schoolgaande leeftijd (7-8 jaar)?

**Figuur 1: Theoretisch model met factoren**



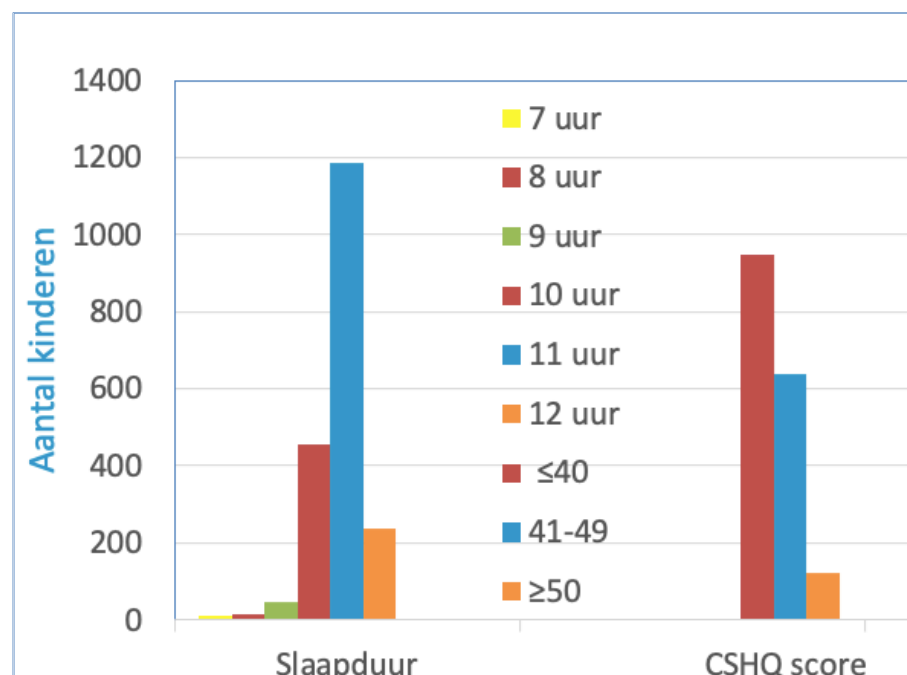
**Achtergrond:** Voldoende en kwalitatief goede slaap zijn belangrijk voor een gezonde ontwikkeling van het kind. Eerder onderzoek heeft aangetoond dat slaapttekort en slaapproblemen zijn geassocieerd met overgewicht en obesitas op de kinderleeftijd. (1) De eerste 1000 dagen zijn een belangrijke periode in de neurologische ontwikkeling van het kind en daarmee mogelijk ook voor een gezond slaappatroon. (2,3) Met dit onderzoek bekeken we mogelijke determinanten gedurende die eerste 1000 dagen die een rol spelen bij slaapproblemen en slaapduur op de schoolgaande leeftijd (figuur 1).

**Methode:** We gebruikten de data van 2000 ABCD-moeders en kinderen. De volgende uitkomstmaten voor slaap zijn in de 7-jaars vragenlijst gerapporteerd door moeder:

- slaap probleem score op basis van de Child Sleep Habits Questionnaire (CSHQ) (4) .
- slaapduur in uren en minuten

We hebben associaties tussen determinanten en slaap uitkomsten berekend met behulp van (multivariate) regressieanalyses, corrigerend voor depressie bij moeder op 5 jarige leeftijd en de exacte leeftijd van het kind tijdens de vragenlijst.

**Tabel 1: Slaapduur in uren en totale CSHQ score**



## Resultaten

- ❖ De gemiddelde slaapduur was 10.7 uur (aanbevolen slaapduur is 9-11 uur per nacht).
- ❖ De gemiddelde slaap probleem (CSHQ) score was 40.8.
- ❖ Meerdere determinanten waren geassocieerd met slaapduur en -problemen op 7-8 jarige leeftijd (zie tabel 1).
- ❖ De determinanten voor slaapproblemen en slaapduur zijn verschillend. Zo slapen jongens korter en hebben minder slaapproblemen.

Tabel 1: Significant geassocieerde determinanten met slaapduur of -problemen.

	Kortere slaapduur	Meer slaapproblemen
Context	Leeftijd moeder, Afrikaanse etniciteit	alleenstaande ouder
Zwangerschap	Sedativa of slaapmedicatie, geen zwangerschapshypertensie (onverwachte uitkomst)	BMI voor zwangerschap, alcohol gebruik, slechtere mentale gezondheid
Zuigelingen leeftijd	Mannelijk geslacht, hogere last ervaren door opvoeding, slapen in bed van ouders bij leeftijd 3 maanden.	Vrouwelijk geslacht, minder last ervaren door opvoeding

## Conclusie

De resultaten van dit onderzoek wijzen erop dat verschillende factoren gedurende de 1000 dagen een verband hebben met slaapproblemen en de slaapduur op 7-8 jarige leeftijd.



## Mogelijke implicaties naar aanleiding van dit onderzoek:

- ❖ Aandacht voor de omgeving, gezonde zwangerschap en zuigelingen leeftijd kan leiden tot gezonder slaap op de leeftijd 7-8 jaar.
- ❖ Er is meer onderzoek nodig om de gevonden verbanden te repliceren in andere groepen moeders en kinderen.

### Referenties:

1. Fatima Y, Doi SA, Mamun AA. Sleep quality and obesity in young subjects: a meta-analysis. Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity. 2016;17(11):1154-66..
2. Kocavska D, Verhoeff ME, Meinderts S, Jaddoe VWV, Verhulst FC, Roza SJ, et al. Prenatal and early postnatal measures of brain development and childhood sleep patterns. Pediatric research. 2018;83(4):760-6.
3. Pesonen AK, Raikkonen K, Matthews K, Heinonen K, Paavonen JE, Lahti J, et al. Prenatal origins of poor sleep in children. Sleep. 2009;32(8):1086-92.
4. Waumans RC, Terwee CB, Van den Berg G, Knol DL, Van Litsenburg RR, Gemke RJ. Sleep and sleep disturbance in children: Reliability and validity of the Dutch version of the Child Sleep Habits Questionnaire. Sleep. 2010;33(6):841-5.

### Contactgegevens

AMC Amsterdam  
Afdeling Sociale Geneeskunde  
T.a.v. ABCD-studie  
Postbus 22660  
1100 DD Amsterdam

T: 020 566 1252  
E: abcd@amc.nl  
W: www.abcd-studie.nl

Deze studie is onderdeel van de ABCD – Amsterdam Born Children and their Development – studie. Dit is een grootschalig en langlopend onderzoek naar de gezondheid van kinderen. Onderzocht wordt in welke mate de gezondheid van de kinderen, bij de geboorte en op latere leeftijd, wordt beïnvloed door vroege factoren en omstandigheden. Dat wil zeggen: factoren en omstandigheden in de baarmoeder en in de eerste levensjaren. Speciale aandacht gaat daarbij uit naar verschillen in gezondheid tussen kinderen met een verschillende etnische afkomst.

