



## Hoofdbonken

### Wat is hoofdbonken?

Hoofdbonken is een bewegingsstoornis tijdens de slaap waarbij voornamelijk kinderen tijdens het inslapen of midden in de nacht met hun hoofd tegen de bedrand aanbonken.

### Hoe wordt hoofdbonken ook wel genoemd?

In plaats van hoofdbonken wordt ook wel de Engelse term head banging gebruikt. Het medische woord voor hoofdbonken is jactatio capitis. Capitis betekent hoofd en jactatio betekent knikken.

#### *Parasomnie*

Hoofdbonken is een aandoening die hoort tot de categorie aandoeningen parasomnie. Een parasomnie is een groep aandoening waarbij kinderen tijdens de slaap geluiden of bewegingen maken die de meeste mensen niet maken.

#### *Ritmische bewegingsstoornis tijdens slaap*

Hoofdbonken behoort tot een groep slaapstoornissen die ook wel ritmische bewegingsstoornis tijdens slaap wordt genoemd. Andere aandoeningen die tot dezelfde groep behoren zijn body rocking (jactatio corporis), head rolling, body rolling, leg rolling en leg banging. Vaak komen deze bewegingsstoornissen ook gezamenlijk voor.

### Hoe vaak komt hoofdbonken voor bij kinderen?

Het is niet bekend hoe vaak hoofdbonken voorkomt bij kinderen. Het komt regelmatig voor op de kinderleeftijd. Geschat wordt dat één op de vijf kinderen ooit een keer aan hoofdbonken heeft gedaan. Op de

Het merendeel van de kinderen zal ook niet bekend zijn bij de kinderneuroloog.

### Bij wie komt hoofdbonken voor?

Hoofdbonken ontstaat meestal tijdens het eerste levensjaar. Bij de meeste kinderen verdwijnen de symptomen voor de leeftijd van vier-vijf jaar. Zelden houden de symptomen aan tot op volwassen leeftijd.

Hoofdbonken komt vaker voor bij jongens dan bij meisjes

Hoofdbonken wordt vaker gezien bij kinderen met ADHD, bij kinderen met een verstandelijke beperking, bij kinderen met blindheid en bij kinderen met autistiforme kenmerken. Bij het merendeel van de kinderen met hoofdbonken is hier echter geen sprake van.

### Wat is de oorzaak van hoofdbonken?

#### *Niet goed bekend*

Het is niet goed bekend waardoor hoofdbonken ontstaat. Tijdens de slaap worden wel meerdere bewegingen gezien die horen bij het slapen. Waarschijnlijk speelt het voorste deel van de hersenen een belangrijke rol bij het ontstaan van deze bewegingen tijdens de slaap. Dit gedeelte van de hersenen wordt actief tijdens de slaap, waardoor het lichaam bewegingen gaat maken.

#### *Lichte slaap*

De symptomen die horen bij een jactatio capitis worden gezien tijdens het doezelen en tijdens lichte slaap. Deze lichte slaap wordt non-REM slaap genoemd. Het hoofdbonken verdwijnt ook wanneer kinderen dieper gaan slapen.



## *In de familie voorkomend*

Vaak zijn er meerdere familieleden die ook als kind last hebben gehad van hoofdbonken of een andere ritmische bewegingsstoornis. Waarschijnlijk speelt erfelijk aanleg een rol mee bij de kans om last te krijgen van hoofdbonken. Welke erfelijke factoren een rol spelen is niet goed bekend.

## *Gevoelige kinderen*

Hoofdbonken komt vaker voor bij kinderen die gevoelig zijn voor prikkels en signalen van andere mensen.

## *Onderliggende aandoening*

Hoofdbonken wordt vaker gezien bij kinderen met ADHD, bij kinderen met een verstandelijke beperking, bij kinderen met blindheid en bij kinderen met autistiforme kenmerken. Bij het merendeel van de kinderen met hoofdbonken is hier echter geen sprake van.

## **Wat zijn de symptomen van hoofdbonken?**

### *Bewegen hoofd*

Kinderen met hoofdbonken bewegen ritmisch met hun hoofd heen en weer, van voor naar achteren of van links naar rechts. De beweging ziet er uit als schommelen of wiegen met het hoofd. Meestal gaat het bewegen met een lage frequentie, een tot twee bewegingen per seconde.

Vaak komen ze hierbij met hun hoofd tegen de rand van het bed aan, waardoor een bonkend geluid te horen is.

### *Bewegen van het lichaam*

Sommige kinderen maken ook een heen en weer rollende beweging met hun lichaam of met hun benen. Een deel van de kinderen zit op handen en voeten en beweegt zo het lichaam heen en weer. Dit wordt ook wel body rocking genoemd.

### *Geluiden*

Kinderen kunnen tijdens het hoofdbonken geluiden maken, soms zijn dit zachte geluiden zoals neuriën of brommen maar het kunnen ook hardere geluiden zijn.

### *Duur*

Meestal houden de bewegingen enkele minuten tot een kwartier aan. Soms kunnen de bewegingen wel uren aanhouden.

### *Tijdens lichte slaap*

De bewegingen die horen bij hoofdbonken komen voor tijdens de slaap en dan vooral tijdens de lichte slaap. Vooral aan het begin van de nacht en in de vroege ochtend is er sprake van lichte slaap.

De bewegingen verdwijnen meestal tijdens diepe slaap. Wanneer kinderen wakker worden zijn de verschijnselen verdwenen. Ook een plotseling geluid kan zorgen dat de bewegingen stoppen omdat kinderen door dit geluid even wakker worden.

### *Geen herinnering*

Kinderen weten zelf niet dat zij deze bewegingen maken tijdens de slaap.



## *Erger tijdens stress*

Tijdens periodes met stress hebben kinderen vaak meer last van hoofdbonken.

## *Verwondingen*

Zelden ontstaan als gevolg van de ritmische bewegingen verwondingen. Soms gaat het om lichte verwondingen als kneuzingen, schaafwonden of een kale plek op het hoofd. Maar ook ernstigere verwonding zoals een breuk in de schedel of een bloeding tussen de hersenen en de schedel kan het gevolg zijn van hoofdbonken.

## **Hoe wordt de diagnose hoofdbonken gesteld?**

### *Verhaal en onderzoek*

De diagnose hoofdbonken kan worden gesteld op grond van het verhaal van het kind en de ouders. Bij onderzoek worden meestal geen afwijkingen gevonden. Zelden zijn er verwondingen op het hoofd zichtbaar als gevolg van het hoofdbonken.

### *Video*

Een video-opname van een aanval van hoofdbonken kan heel nuttig zijn voor een arts om de diagnose te stellen.

### *EEG*

Bepaalde epilepsieaanvallen kunnen een beeld geven wat veel kan lijken op jactatio capitis. Wanneer gedacht wordt aan epilepsie als oorzaak van de bewegingen tijdens de slaap, dan kan een EEG gemaakt worden tijdens de slaap om te beoordelen of hier aanwijzingen voor zijn. Op het EEG zijn bij kinderen met jactatio capitis geen afwijkingen te zien.

### *Slaaponderzoek*

Zelden is het nodig om een slaaponderzoek te doen. Dit slaaponderzoek wordt ook wel een polysomnografie genoemd. Dit onderzoek wordt gedaan wanneer kinderen vermoeid lijken als gevolg van het hoofdbonken. Door middel van dit onderzoek kan worden onderzocht of de nachtslaap gestoord raakt als gevolg van het hoofdbonken, meestal is dat niet het geval.

## **Hoe wordt hoofdbonken behandeld?**

### *Geen behandeling*

Kinderen die hoofdbonken hebben hier geen behandeling voor nodig. Kinderen hebben zelf geen last van het hoofdbonken en meestal wordt de nachtslaap er niet door gestoord.

### *Ontspannen voor het slapen gaan*

Een vast bedritueel met aandacht voor ontspanning kan helpen om minder last te hebben van hoofdbonken.

### *Geen straf*

Het is belangrijk om te weten dat kinderen zelf niets kunnen doen aan het voorkomen van de symptomen van jactatio capitis. Zij doen dit niet expres. Het heeft dus geen zin om kinderen aan te spreken op hun gedrag of boos te worden vanwege het hoofdbonken.

### *Beschermen tegen verwonden*

Wanneer kinderen steeds tegen de rand van het bed aan komen, kunnen zij verwondingen oplopen als gevolg van het hoofdbonken. In dit geval kan het helpen om de bedranden te bekleden met zacht materiaal zodat de kans op verwonding kleiner is. Het laten slapen in een



campingbedje kan ook een oplossing zijn tegen hoofdbonken.

In hele ernstige gevallen kan het dragen van een zachte helm noodzakelijk zijn om het hoofd te beschermen.

### *Medicatie*

Bij kinderen met ernstige vormen van jactatio capitis die zich zelf verwonden ondanks bovengenoemde maatregelen kan een lage dosering van het medicijn imipramine de klachten verminderen.

### *Contact met andere ouders*

Door het plaatsen van een oproepje op het forum van deze site kunt u in contact komen met andere ouders die een kind hebben met hoofdbonken.

## **Wat betekent het hebben van hoofdbonken voor de toekomst?**

### *Spontaan verdwijnen*

De symptomen van een hoofdbonken verdwijnen meestal van zelf voor de leeftijd van vier tot vijfjaar. Bij sommige kinderen houden de symptomen langer aan. Bij kinderen met een onderliggende aandoening houdt het hoofdbonken vaak ook langer aan dan bij kinderen zonder onderliggende aandoening. Zelden hebben volwassenen nog klachten.

### *Ontwikkeling*

Het hebben van hoofdbonken heeft geen negatieve gevolgen voor de ontwikkeling. Kinderen met een normale ontwikkeling zich norm

aal blijven ontwikkelen.

Wel wordt hoofdbonken vaker gezien bij kinderen met ontwikkelingsproblemen.

### *Verwondingen*

Als gevolg van ernstig hoofdbonken kunnen sommige kinderen last krijgen van ernstige verwondingen zoals een subdurale bloeding of een breuk in de schedel. Deze verwondingen kunnen wel gevolgen hebben op de ontwikkeling.

### *Andere slaapproblemen*

Kinderen en volwassenen met hoofdbonken hebben een vergrote kans om ook last te hebben van andere slaapproblemen zoals slaapwandelen, bedplassen of pavor nocturnus.

### *Levensverwachting*

Kinderen met hoofdbonken hebben een normale levensverwachting net als andere kinderen zonder hoofdbonken.

## **Hebben broertjes en zusjes ook een vergrote kans om last van hoofdbonken te krijgen?**

Hoofdbonken is geen erfelijke aandoening. Toch speelt aanleg in de familie wel een rol, maar hoe dit precies werkt is niet bekend. Broertjes en zusjes hebben een verhoogde kans om zelf ook last te krijgen van hoofdbonken.

## **Referenties**

1. Stepanova I, Nevsimalova S, Hanusova J. Rhythmic movement disorder in sleep persisting into childhood and adulthood. *Sleep*. 2005;28:851-7



2.Alves RS, Aloe F, Silva AB, Tavares SM. Jactatio capitis nocturna with persistence in adulthood. Case report. Arq Neuropsiquiatr. 1998;56:655-7.

Laatst bijgewerkt: 17 februari 2018, voorheen 1 oktober 2007

Auteur: JH Schieving