



Gemälde: Michael Blinov. Foto: dewaworl.de

RLS

RUHELOSE BEINE.

Das Restless-Legs-Syndrom kann sehr belastend sein, denn die Betroffenen bewegen (vor allem in der Bettruhe) ständig ihre Beine, ohne es zu wollen.

Der Autor:

*Dr. med. Friedhelm Jungmann
ist Neurologe und Psychiater.
Er arbeitet in einer Saarbrücker
Gemeinschaftspraxis.*

Syndrom der ruhelosen Beine

Was ist RLS?

Das Restless-Legs-Syndrom ist eine Erkrankung, die schon seit Jahrhunderten bekannt ist, aber erst in den neunziger Jahren des 20. Jahrhunderts an Bedeutung gewann. Die Betroffenen müssen ihre Beine unwillkürlich bewegen (also, ohne es zu wollen), sobald sie zu Bett gegangen sind und es warm wird.

Dadurch wird der Schlaf erheblich gestört. Die Patienten stehen nachts auch wiederholt auf, um die Beine mit kaltem Wasser zu kühlen oder sich irgendwie außerhalb des Bettes zu bewegen. In Folge dessen kommt es zu einem Schlafmangel, der sich auf das allgemeine Befinden negativ auswirkt.

Prognose.

Bei fortschreitender Krankheit werden auch die Arme unruhig. Die Unruhe setzt dann vor allem abends ein, wenn die Betroffenen sich hinsetzen, um zur Ruhe zu kommen. Sehr quälend werden dadurch Langzeitflüge bei denen man lange sitzen muss.

Diagnostik

Neben den oben geschilderten Symptomen findet sich im Labor ein vermindertes Ferritin (Träger des Eisens).

Therapie.

Die Behandlung erfolgt mit Parkinsonmitteln, obwohl es sich nicht um eine Parkinsonkrankheit handelt. Solche Mittel sind L-Dopa, Ropinirol, Pramipexol.

In schweren Fällen werden auch Opioide eingesetzt.

Was nicht hilft.

Normale Schlafmittel, Antidepressiva, Neuroleptika und Betablocker ändern beim Restless-legs-Syndrom nichts. Ebenso ist Magnesium sinnlos. Entspannungsverfahren sind in diesem Falle auch nicht hilfreich. Sie können das Restless-legs-Syndrom eher noch verstärken. ●