

# Rund um die Nephrologie



## Was tun gegen unruhige Beine?

### Das Restless Legs Syndrom bei Dialyse-Patienten

Es „kribbelt“ oder „zieht“ stark in den Beinen. Betroffene Patienten können kaum schlafen und fühlen sich deshalb oft erschöpft. Dies sind Hinweise auf ein Restless-Legs-Syndrom. Frau Schrooten hat mit Frau Dr. phil. Katharina Glanz, Leiterin RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung, gesprochen und erfahren, warum auch vor allem Nierenkranke von diesem noch sehr unbekanntem Syndrom betroffen sind. Damit auch Sie in Ihren Praxen Patienten über diese Krankheit informieren können, unterstützt der DN e.V. die RLS e.V. bei der Erstellung eines Flyers speziell für Dialysepatienten. Diesen können Sie kostenlos bestellen. Wir informieren Sie, sobald er gedruckt ist.

**Frau Schrooten: Wie macht sich das Restless Legs-Syndrom bei Patienten bemerkbar?**

**Frau Dr. Glanz:** Das Restless Legs-Syndrom (RLS) ist ein häufiges neurologisches Erkrankungsbild. Charakteristisch für ein RLS ist ein Bewegungsdrang vor allem in den Beinen, aber auch in den Armen und anderen Körperregionen. Dieser ist mit unterschiedlichen unangenehmen Empfindungen

verbunden. Die Beschreibung der Symptome ist oftmals schwierig. Tatsächlich reichen die Berichte der Betroffenen von Brennen, Ziehen oder Kribbeln, von einem Gefühl wie Ameisenhaufen in den Beinen bis hin zu Hitze- oder Kältegefühlen sowie zu Schmerzen und Krämpfen. Häufig werden die Beschwerden als tief innen liegend empfunden. Sie sind nicht mit Wadenkrämpfen zu verwechseln, unterscheiden sich auch vom Gefühl eingeschlafener Glieder und von dem bei Diabetikern auftretenden Gefühl brennender Nadelstiche. Die Betroffenen müssen sich dann bewegen und umherlaufen, damit die Beschwerden nachlassen.

Denn RLS-Beschwerden verstärken sich in Ruhesituationen und zeigen eine Besserung bei Bewegung. Wenn das RLS weiter fortgeschritten ist, kann die lindernde Wirkung von Bewegung jedoch abnehmen. Weiterhin zeichnen sich RLS-Beschwerden durch eine zirkadiane Rhythmik aus, also einer Zunahme der Beschwerden zum Abend hin bzw. zur Nacht. Der ständige Drang, sich zu bewegen, kann sehr belastend sein und zu einer deutlichen Einschränkung der Lebensqualität führen.

# Rund um die Nephrologie

## Frau Schrooten: Wie viele Betroffene gibt es in Deutschland?

**Frau Dr. Glanz:** Das Restless Leg-Syndrom (RLS) zählt in westlichen Industrieländern mit einer altersabhängigen Prävalenz von 7-10 % der Bevölkerung zu den weit verbreiteten neurologischen Krankheitsbildern. Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Meist tritt das RLS im mittleren Lebensalter auf, mitunter sind aber auch schon Kinder betroffen. Bei ca. 3-4 % der Betroffenen ist das RLS therapiebedürftig.

## Frau Schrooten: Warum sind gerade Dialysepatienten so betroffen?

**Frau Dr. Glanz:** Das Restless Legs-Syndrom tritt als sogenanntes urämisches RLS bei Patienten mit einer Nierenerkrankung im Endstadium sowie bei Dialysepatienten häufig auf und trägt zu einer signifikanten Abnahme der bereits eingeschränkten Lebensqualität bei. Hinzu kommen unspezifische Schlafstörungen, die bis zu 80 % der Dialysepatienten beklagen. Die Häufigkeit eines RLS unter Dialysepatienten wird nicht einheitlich angegeben; sie liegt vermutlich zwischen 22 und 30 %.

Warum gerade Dialysepatienten so betroffen sind, ist noch unklar. Man weiß, dass sich die RLS-Symptome parallel zum Anstieg der Kreatininwerte entwickeln und dass das RLS nicht durch die Dialyse selbst ausgelöst wird. Die klinische Symptomatik bei Dialysepatienten unterscheidet sich nicht von der anderer RLS-Betroffener. Es gelten auch dieselben Diagnosekriterien.

Viele Nierenpatienten bemerken erst im Stadium der fortgeschrittenen Nierenfunktionsstörung die typischen RLS-Symptome. Die Missempfindungen und die Bewegungsunruhe stellen für Dialysepatienten eine besondere Belastung dar. Einerseits wird der Bewegungsdrang während der Dialyse als äußerst unangenehm empfunden, weil die entlastenden Bewegungen nicht möglich sind; andererseits leiden die Patienten nach der Dialyse ganz besonders unter dem Schlafdefizit.

Das Management des RLS bei Dialysepatienten ist nach wie vor eine Herausforderung. Daher ist es für die Patienten wichtig zu wissen, dass es sowohl pharmakologische als auch nicht-pharmakologische Behandlungsmöglichkeiten zur Linderung der RLS-Symptome gibt. Darüber hinaus hat sich gezeigt, dass eine erfolgreiche Nierentransplantation zu einer Verbesserung oder sogar zum Verschwinden des RLS führen kann. Wenn eine Transplantation (noch) nicht in Frage kommt, sollte man sich im Dialysezentrum über individuelle Therapieoptionen informieren. Auch die Selbsthilfe wie die RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung steht den Betroffenen mit Rat und Hilfe zur Seite.



## DEUTSCHE RESTLESS LEGS VEREINIGUNG



Frau Dr. phil. Katharina Glanz  
Leiterin RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung

## Kontakt

**RLS e. V. Deutsche Restless Legs Vereinigung**  
Schäufeleinstraße 35 | 80687 München  
**Tel.:** 089/55028880  
**Fax:** 089/55028881  
**E-Mail:** [info@restless-legs.org](mailto:info@restless-legs.org)  
**Web:** [www.restless-legs.org](http://www.restless-legs.org)