

**Autor:** Sabine Ebinger  
**Seite:** 11  
**Ressort:** Lokales  
**Seitentitel:** Nürnberg  
**Ausgabe:** Hauptausgabe  
**Weblink:** [www.nordbayern.de](http://www.nordbayern.de)

**Gattung:** Tageszeitung  
**Jahrgang:** 2018  
**Auflage:** 22.575 (gedruckt) 21.432 (verkauft)  
22.032 (verbreitet)  
**Reichweite:** 0,071 (in Mio.)

„Restless Legs Syndrom“ wird oft spät diagnostiziert

## Wenn zuckende Beine die Nachtruhe stören

Ein Kribbeln, Stechen oder Zucken in den Beinen, das einen nachts nicht schlafen lässt: Etwa zehn Prozent der Menschen leiden am Syndrom der unruhigen Beine, auch „Restless Legs Syndrom“ (RLS) genannt. Die Erkrankung wurde schon vor 300 Jahren beschrieben — dennoch haben sie Mediziner bei der Behandlung ihrer Patienten oft nicht im Blick.

Lilo Habersack war um die 40 Jahre alt, als sie es zum ersten Mal spürte. Abends und in der Nacht schmerzten ihre Beine. „Im Ruhezustand hatte ich plötzlich Beschwerden“, beschreibt die 75-Jährige das Syndrom. Durch Bewegung und Herumlaufen, durchs Stehen auf kühlen Fliesen im Garten wurde es besser, doch an einen erholsamen Schlaf war eben nicht mehr zu denken. Die Münchnerin ahnte, dass sie am „Restless Legs Syndrom“ leidet — schon ihre Mutter und die Großmutter hatten damit zu kämpfen.

Doch viele Betroffene wüssten gar nicht, woran sie leiden. Das berichtet Lilo Habersack, die sich als Vorstandsvorsitzende der gemeinnützigen Deutschen Restless Legs Vereinigung engagiert. Manche würden vom Hausarzt zum Venologen oder anderen Fachärzten geschickt — ohne Hilfe zu bekommen. „Manchmal dauert es bis zu zehn Jahre, um die richtige Diagnose zu bekommen.“ Zur 26. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Schlaforschung und Schlafmedizin, die von heute bis Samstag in Nürnberg organi-

siert wird, soll die Öffentlichkeit deshalb informiert werden. Auch Prof. Frank Erbguth, am Nürnberger Klinikum Chefarzt der Klinik für Neurologie, weiß von seinen Patienten, dass diese oft einen langen Leidensweg hinter sich haben. „Es ist furchtbar!“ oder „Es ist wie Feuer“ — so beschreiben seine Patienten ihre Situation.

Die Ursache für RLS ist nicht geklärt. Es gibt zwei etwa gleich häufige Formen: Die primäre RLS tritt spontan auf — oft gibt es Verwandte in der Familie, die auch darunter leiden. Bei der sekundären Form können die Beschwerden Folge einer anderen Krankheit sein. Gerade diese „Verzahnung des Syndroms mit anderen Erkrankungen“, wie Prof. Erbguth sagt, würde jedoch die Diagnose so schwierig machen.

Das Thema RLS soll im Rahmen der Jahrestagung in die Öffentlichkeit gebracht werden. So gibt es eine Infoveranstaltung am Freitag, 12. Oktober, von 17 bis 19 Uhr im Vortragssaal der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität im Hörsaalgebäude Haus 57 (1. Stock), Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1. Ein

Vortrag mit Inforunde zum Thema „Schlaf ist Medizin“ wird am Samstag, 13. Oktober, ab 14 Uhr im Nordklinikum, Personalkantine (Haus 51), organisiert.

Wie wird das „Restless Legs Syndrom“ diagnostiziert? Dora Triché, Leiterin des Schlaflabors am Klinikum, sagt: „Das Gespräch mit den Patienten ist entscheidend.“ Sie und ihr Team hören genau hin, wenn Patienten von schmerzenden Beinen (oder Armen und anderen Körperteilen) oder unwillkürlichen Zuckungen der Beine berichten. Heilbar ist die Krankheit zwar nicht, doch kann man durch kalte Bäder, Massagen, Bewegung oder Medizin die Schmerzen zumindest lindern. Lilo Habersack bedauert es, dass es in Nürnberg keine Selbsthilfegruppe gibt: „Unsere Selbsthilfe-Vereinigung würde Betroffene, die in Nürnberg eine Gruppe gründen möchten, gerne unterstützen.“

Deutsche Restless Legs Vereinigung,  
[www.restless-legs.org](http://www.restless-legs.org), Telefon (0 89)  
5 50 28 88 80.

**Wörter:** 481  
**Urheberinformation:** © 2018 NÜRNBERGER ZEITUNG