

RLS, WED

RESTLESS LEGS-SYNDROMET WILLS-EKBOMS SJUKDOM

Willis-Ekboms sjukdom, eller Restless legs syndrom som den tidigare hette, är en vanlig neurologisk sjukdom. Mellan 5–10 procent av alla vuxna svenskar är drabbade. Sjukdomen gör att den som är drabbad har svårt att sova på grund av krypningar, ryckningar, stickningar, kramper eller smärta i benen, armarna och bålen. Willis-Ekboms sjukdom är en kronisk sjukdom med återkommande besvär. Sjukdomen utvecklas vanligen i 40-årsåldern och risken för att man ska drabbas ökar med åldern.

Ungefär 50 procent har den primära formen av Willis-Ekboms sjukdom där orsakerna inte är kända. Vid den primära formen uppträder sjukdomen oftast före 45 års ålder.

Man tror att störningar i hjärnans dopaminsystem kan ligga bakom sjukdomen. Dopamin är en signalsubstans i områden i nervsystemet som påverkar kroppens förmåga att kontrollera muskelrörelserna. Mycket tyder på att den primära formen av Willis-Ekboms sjukdom är ärftlig. Sex av tio som drabbas har nära släktingar som också är drabbade.

Den sekundära formen av sjukdomen beror på bakomliggande orsaker som:

- Brist på järn, vitamin B12 eller folsyra
- En bakomliggande sjukdom, till exempel njursjukdom, kronisk ledgångsreumatism, nervskador, diskbråck eller diabetes
- Läkemedel, till exempel antidepressiva eller läkemedel mot epilepsi
- Graviditet

SYMPTOM

Symtom vid Willis-Ekboms sjukdom är krypningar, domningar, ryckningar, kramper, en känsla av kyla eller hetta och ibland smärta. Symtomen kan variera i styrka. Besvären är som jobbigast när man vilar och kan bli lindrigare om man går upp och rör på sig.

Nedre delen av benet är mest drabbat, mellan knä och fotled, men ibland även högre upp i benen, armarna och bålen.

Många upplever att obehagen är störst sent på kvällen eller under natten. Ofta störs sömnen eftersom den som är drabbad får ofrivilliga muskelryckningar och sparkar under natten vilket gör att den som är drabbad får svårt att sova.

DIAGNOS OCH BEHANDLING

Willis-Ekboms sjukdom går inte att bota och den som har sjukdomen får ofta besvär som återkommer livet igenom. Om besvären orsakats av en bakomliggande sjukdom kan de lindras eller försvinna om sjukdomen behandlas eller botas. Det finns effektiva läkemedel som lindrar symtomen vid Willis-Ekboms sjukdom. Ungefär tre av tio drabbade behöver behandling med läkemedel.

FORSKNING

Under det senaste decennierna har intressanta studier visat att syrebrist och nedsatt blodflöde i vävnaden och det centrala nervsystemet kan vara viktigt för Willis-Ekboms sjukdom. Detta öppnar upp för ny förståelse och nya behandlingar för sjukdomen. Forskning har även visat ett samband mellan den ärftliga formen av Willis-Ekboms sjukdom och förändringar i gener som har styr bildningen av kväveoxid.

VISSTE DU ATT

- Willis-Ekboms sjukdom är en neurologisk sjukdom som drabbar mellan 5 och 10% av alla vuxna svenskar.
- Restless legs är en kronisk sjukdom med återkommande besvär.
- Den som är drabbad av Willis-Ekboms sjukdom bör vara försiktig med nikotin, alkohol och koffein, som kan förvärra besvären.
- Regelbundna sovtider och ett svalt sovrum kan underlätta när sjukdomen stör sömnen.