

DEN VANLIGASTE NEUROLOGISKA SJUKDOMEN DU ALDRIG HÖRT TALAS OM

Rastlösa ben/armar och dålig sömn är ett helvete. Trots att nära 10% av Sveriges befolkning lider av sjukdomen Willis-Ekbom Disease – även kallad Restless Legs Syndrom (WED/RLS) – saknas ofta kunskapen att ställa en diagnos.

–WED/RLS är en plågsam och allvarlig sjukdom som mycket märkbart påverkar livet för de som drabbas samt deras anhöriga, säger Sten Sevborn från WED-Förbundet.

Stor okunskap om sjukdomen

Kunskapen om sjukdomen är mycket liten och trots att det är en av de vanligaste neurologiska sjukdomarna blir de drabbade ofta förbisedda eller feldiagnostiserade. Okunskapen medför tyvärr ett stort och onödigt lidande för de drabbade och resursslöseri inom vården. Diagnosen är dock lätt att ställa, så när det är gjort och rätt läkemedel, i rätt dos, är utsett kan symptomen effektivt behandlas.

Rastlösa ben och dålig sömn

Problemen med obehag och värk i ben och armar leder ofta till dålig sömn då symptomen vanligtvis kommer till kvällen och på natten. Sönnen blir lidande då den drabbade måste kliva upp och röra på sig alternativt ligga och skaka på ben och armar. Ben och armar kan även röra på sig av sig själva i sömnen, s.k PLMS.

Oberoende av orsak blir patienten väldigt trött på morgonen och det blir en ond spiral där sjukdomen upplevs som värre och värre.

Orsakerna till dessa problem och hur undersökning och diagnostisering bör genomföras finns att läsa i den nyttigvna boken ”Ett liv med rastlösa ben och dålig sömn” där Sten Sevborn är huvudförfattare. Boken innehåller information om hur WED/RLS-symptomen effektivt kan behandlas med väl fungerande mediciner i rätta doser. Boken ger både patient,

anhöriga samt vården information om sjukdomen och dess lösningar, samt aktuellt vetenskapligt läge.

Information till läkare

För att öka kunskapen kring sjukdomen finns kortfattad och kärnfull information till läkare så att de snabbt kan diagnostisera WED/RLS-patienter samt hitta rätt medicinering i rätt dos. Idag måste många drabbade själva hitta information på nätet för att få ett fungerande liv.



För mer information

Sten Sevborn, författare och WED/RLS-kunnig
0411-52 14 57, 073-094 78 45
sten.sevborn@wedforbundet.se

- Länk till wedforbundet.se
- Länk till FAQ om WED
- Beställ boken på wedforbundet.se/butik

Att leva med WED

Omkring 5–10 procent av befolkningen i västvärlden beräknas lida av denna kroniska neurologiska sjukdom. Många har en mild form men en tredjedel av WED-patienterna har så stora besvär att de behöver medicinsk behandling. WED är en sjukdom som utan medicinsk behandling kan leda till social isolering och svårigheter att utföra sitt dagliga arbete på grund av allvarliga sömnstörningar. Dessutom kan det uppstå följsjukdomar av en obehandlad WED.

Vanliga symtom

- Obehagen känns djupt inne i benen, oftast mellan knä och ankel och ger ett oemotståndligt behov av rörelse.
- Andra kroppsdelar kan drabbas, t ex armar, händer eller bål.
- Känslan beskrivs som stickande, krypande, hettande, svidande, domnande, brännande och pirrande. En del drabbade har obehagskänslor kombinerat med smärta.
- Obehagen känns svårare vid vila eller stillhet, och reduceras vid rörelse av den drabbade kroppsdelens. Obehagen kommer tillbaka då rörelsen upphör.
- Känslan är värst kvälls- och nattetid – speciellt i liggande läge. Vid svårare fall känns obehagen under hela dygnet.

Andra kännetecken

Cirka 80 procent av dem som lider av WED lider också av muskelryckningar – Periodic Limb Movements in Sleep (PLMS). Mer än 90 procent har svårt att somna och vaknar av muskelryckningarna, vilket leder till onormal trötthet dagtid – vilket i sin tur kan påverka minnes- och koncentrationsförmåga, arbetsförmåga, humör och socialt umgänge, samt leda till negativa förändringar på hjärta och kärlsystemet.

Ärftlighet

WED har hög ärftlighet, många har någon mer i familjen som känner igen symptomen.

Orsaker

Forskning pågår för att förstå vad som utlöser WED men än finns endast teorier. Troligtvis är det flera orsaker som tillsammans leder till WED. Några av teorierna är: järnets roll, dopaminsystemets funktion, hjärnans omkoppling mellan aktivitet och vila (inaktivitet), ärftliga orsaker.