

**FAKTA RESTLESS LEGS**

- Tecken på restless legs är att det sticker och pinsar i benen. Symptomen lindras av rörelser och förvärras av inaktivitet och vila. Problemen blir starkare på kvällen och natten.
- Restless legs, RLS, är en sjukdom som 15 procent av kvinnorna och sex procent av männen lider av.
- Sjukdomen har flera orsaker. Dels finns det en stark ärftlighet, dels kan den bero på till exempel järnbrist, njursvikt eller diabetes. Den är också betydligt vanligare bland gravida kvinnor.
- De flesta som får RLS brukar få den innan 50 års ålder.

**Vanligare bland kvinnor**

**FAKTA SÅ FÅR DU HJÄLP MOT PIRRANDE BEN - LÄKARENS TIPS**

- INTRAVENÖST JÄRN:** Patienten kan få järnrikligt men bara vid konstant järnbrist. För att veta om patienten lider av järnbrist måste man ta blodprov på hemoglobin eller hemat.
- DOPAMINERG-LÄKEMEDEL:** Medicin som ges till personer som är sjuka i parkinson, vi ger lägre doser till RLS-sjuka. Dopaminerg-läkemedel ger livning och lugn så att sömnen återvänder. Kan ge biverkningar i form av illamående. Exempel på dopaminerg-läkemedel är Sitmel och plåstret Neuron.
- LEVODOPAMEDEL:** Verkar på ett annat sätt än andra dopaminerg-läkemedel men ger liknande effekt. Exempel på levodopamedel är Madopark.
- OPIOIDER:** Ges bara till de RLS-patienter som lider av svår smärta. Det är en medicin som ges i andra hand eftersom den är vanabildande. Smärtmedicin som Kodion eller Tramadol är exempel på opioider.
- KYLANDE BALSAM:** Ja det kan vara bra att försöka med egenråd, värt att testa. Kyla kan lindra lite grann.

**Vårt att testa kylande balsam**

**STRUMPAN REST EASY.** Ja, jag förlust att den kan fungera, det låter logiskt eftersom den utövar ett tryck på benen.

**ANTIPILEPTIKA:** Medicin mot epilepsi och svår smärta. Jag brukar ge det till en del av mina patienter, forskning pågår om dess effekter. Lyrica och Gabapentin är exempel på anti epileptika.



Jan Ulberg

Foto: Jan Ulberg, Aron/ iStockphoto.com och Lars van der Riet/ iStockphoto.com

# "Jag är piggare och har fått ett bättre liv"

## Ingela, 45, fick tillbaka sin nattsömn med ny medicin

Nu finns nytt hopp för patienter med restless legs, RLS. I en studie har svenskar fått prova en helt ny medicin. Förhoppningen är att den ska ge färre biverkningar. – Mitt liv har blivit bättre, säger Ingela Kronlund, 45, som deltog i studien.

Varje natt, är ut och är in har Ingela Kronlund lidit av pirr i benen. – Det känns ofta på kvällen när jag är trött och har suttit länge. Det kryper och kittlar inne i benen och jag måste gå upp flera gånger varje natt, säger Ingela Kronlund, som inte fått sova en hel natt sedan tonåren.

Sömnproblemen blev en del av hennes liv och hon parerade dem genom att jobba natt och vara aktiv dagtid. Förändringar kom när hon blev sjuk i ryggen som följde på en fallolycka. Då tvingades Ingelas pojkvän i väg henne till sömnmedicinska enheten vid Karolinska sjukhuset i Solna.

**Del av hennes liv**

Sömnproblemen blev en del av hennes liv och hon parerade dem genom att jobba natt och vara aktiv dagtid. Förändringar kom när hon blev sjuk i ryggen som följde på en fallolycka. Då tvingades Ingelas pojkvän i väg henne till sömnmedicinska enheten vid Karolinska sjukhuset i Solna.

– Han var less på att jag alltid ligger och sparkar i sängen på nätterna, säger hon.

**Ingick i ny studie**

Där fick hon ingå i en ny internationell medicinsk studie ordnad av läkemedelsföretaget TGen. Under ett års tid testade Ingela Kronlund två sorters piller. Det ens innehöll det verkssamma annat pregabalin och det andra annat pramipexol. Eftersom det var en dubbelblind studie vet hon inte vilket av de två läkemedlen som gav verkan. För hon märkte av effekten.

**"Känner stor skillnad"**

När studien var avslutad berättade Ingela Kronlund lite läkemedlet Sitmel, som innehåller pramipexol. – Jag känner stor skillnad. Jag sover kanske sju timmar per natt och är piggare. Enda biverkningen är att jag kan få huvudvärk ibland, säger hon. På Pfizer är

man hemlighetsskydd och vill inte säga något om studien, mer än att de två läkemedlen testats. Ungefär nästan två sjuks utvärderade resultat presenteras, berättar Catharina Ostberg som är chef över kliniska prövningsledarna på Pfizer.

**Ger biverkningar**

Jan Ulberg som är docent i svårare medicin och forskar på restless legs vid Läkargruppen i Örebro deltog i studien. Han berättar att båda medicinerna redan finns på marknaden. Det nya är att pregabalin, som finns i läkemedlet Lyrica, inte används förut mot RLS. I dag används den mest mot smärta.

– Jag har också testat den kliniskt på en del av mina patienter. Förhoppningsvis visar studien bra resultat. Kanske kan läkemedlet ge mindre biverkningar än till exempel pregabalin, men det vet vi ännu inte.

Den verkar ge annan sorts biverkningar, till exempel trötthet. Pramipexol verkar ge mer illamående, säger Jan Ulberg.

**Monica Sandberg**  
monica.sandberg@expressen.se

**FICK NATTSÖMME TILLBAKA.** Ingela Kronlund, 45, från Skövde har deltagit i en ny studie mot myrkrångningar, så kallade restless legs, RLS. "Jag känner stor skillnad. Jag sover kanske sju timmar per natt och är piggare", säger hon. Foto: JENS LESTRADE



Polispådrag efter dödskiln 11 december förra året. Foto: STINA STENROTH

## Självmordsbombarens fru gripes misstänkt för medhjälp till dödskiln i Stockholm förra året

Brittisk polis grip Moná Thwamy, änka efter attentatsmannen Taimour Abdulwahab, uppges Reuters. Hon släpptes senare mot borgen.

Moná Thwamy, 28, greps i sitt hem i London utanför London i tisdags, misstänkt för förberedelse till ter-

rorbrott, säger källor till Reuters. Hon är misstänkt för att ha hjälpt till att förbereda dödskiln. Hon ska

återkommit för förhör i mitten av november, rapporterar AP.

Gripandet är del av en pågående utredning, som är knuten till händelsen i Stockholm den 11 december, säger Jonathan Southgate, talesman för Metropolitan Police, till Expressen. Varken hon eller svenska Säpo

vill bekräfta att det rör sig om självmordsbombarens änka.

Efter dödskiln skickade Taimour Abdulwahab ett mejl med ett uttalande till Säpo och nyhetsbyrå TT. Efter attacken la Mona Thwamy ut inspelningen på Youtube. **Marit Sandberg**  
marit.sandberg@expressen.se