

## SYMPTOM PÅ RLS

- Krypningar, dömsningar, ryckningar, krampor.
- En känsla av kyla eller hetta och ibland smärta.
- Är störst då du vilar, framför allt när du ligger dig, och blir kvickare när du rör på dig.
- Brukar mest kännas i nedre delen av benen, mellan knä och fotled, men ibland även högre upp i benen

- och i armarna. Obehagen är ofta störst sent på kvällen eller under natten.
- Störd sömn.
- Ofta svårt att sätta stölla längre stunder och kan få det besvärligt i samband med exempelvis promenader, sammanträden, bio- eller teaterbesök.

Källa: SÄRGGÖDEN

## ANDRA HJÄLPMEDEL

## ■ INTRAVENÖST JÄRN

Patienter har även behandlats med järninjektjoner. "Det har gjorts en del studier men behandlingen är inte riktigt stabiliserad utom om man har svår järnbrist."

## ■ LEVODOPAMEDEL

Används vid sporadisk behandling som ett förstahandsmedel vid måttligt svåra fall.

## ■ DOPAMINAGONISTER

Tabletter som stimulerar dopaminreceptorerna. Sådan behandling finns även i form av plåster (Oxypra) och

medicinen går då in genom huden. " Dessa behandlingar ser till en början avsevärt enbart för att behandla Parkinsons sjukdom men är vid måttlig till svår RLS även godkända för detta ändamål."

## ■ OPIOIDER

Smärtsmediciner som Kodein eller Tramadol används i en del svåra fall. "Morfinpreparat som man gärna inte använder sig av i första hand eftersom de är beroendeframkallande."

Källa: Det heliga, daven och livläkaren, Neurologikliniken, Karolinska universitetssjukhuset

# Jane, 54: Nu sover jag bra på nätterna

## Strumpan hjälper mot hennes svåra sjukdom

Kryper det i benen när du ska sova?

Omkring 800 000 svenskar har samma bekymmer. Men nu kan du slippa myror i benen – med hjälp av en strumpa.

– Det låter användbart, säger Olof Sydow, docent och överläkare, Neurologikliniken, Karolinska universitetssjukhuset.

Ungefär tio procent av alla vuxna svenskar har svårt att sova på grund av myror i benen.

Sjukdomen kallas för Restless legs, RLS, och förvärras av vila och inaktivitet.

Cirka hälften av dem som drabbas av rastlösa ben har den primära formen av sjukdomen, där störningar i hjärnans dopaminsystem tros ligga bakom.

Det kommer ofta nya studier i ämnet – den senaste från Japan som visar på ett samband mellan RLS och migrän. Men det mestliga av en italiensk studie.

### En kylande effekt

Den primära formen av RLS är ärftlig och den sekundära formen av sjukdomen kan orsakas av bland annat Parkinsons sjukdom, njursvikt och diabetes. Det finns även en koppling till järnbrist och graviditet, säger överläkaren Olof Sydow.

Men nu kan en strumpa, gjord i mikrofiber som har en kylande effekt, ge hopp åt dem som lider av just i benen.

Läkaren Staffan Boqvist som själv lider av RLS har konstruerat Restassy som är registrerad som medicintekniskt hjälpmedel hos läkemedelsverket sedan november 2010.

Och det positiva med hjälpmedlet är att vissa slipper ta mediciner.

– Men strumpan botar inte utan den lindrar. Använder man inte strumpan så får man tillbaka besvären, säger han.

### "Det kröp hela tiden"

En av dem som kunde sluta med mediciner efter tio år av pör i benen var Jane Elfgren, 54.

Det var efter att hon medicinerats mot höftros som myrorna i benen kom och hon fick fortsätta att äta medicin fem gånger om dagen.

– Det går inte beskriva hur jobbigt det var. Det kröp hela tiden och jag kunde inte ligga still, säger hon.

### "Bör bevisas"

Jane var skeptiskt när hon hörde talas om att ett par strumpor kunde hjälpa.

– Men jag ändrade mig rätt snabbt. Jag har inte behövt ta några mediciner sedan dess.

Olof Sydow tror inte att strumpan används i stor utsträckning men tycker att idén verkar intressant.

– Det låter ju som att den skulle kunna vara användbar och något som kan lindra tillfälligt åtminstone. Effekten bör dock bevisas i kliniska prövningar.

Tina Harr  
tina.harr@karolinska.se

### "KÄNDE SKILLNAD PÅ EN GÅNG."

Jane Elfgren, 54, har lidit av Restless legs i tio år. Nu har hon blivit hjälpt av ett par strumpor: Restassy. "Jag kände skillnad på en gång, och nu sover jag bra på nätterna", säger hon.

## 17-årig tjej fällde parfymtjuv i Lund – höll kvar honom till polisen kom

Den 37-årige mannen stal parfym för 14 000 kronor i Lund.

Hals över huvud flydde han från butiken men stoppades – av en 17-årig tjej.

Hon tacklade upp honom mot en vägg och höll fast honom i väntan på polis.

Det var den 10 maj som den 37-årige mannen roffade åt sig

i Lund, skriver Skånska Dagbladet.

När butikspersonalen upptäckte den välparfymerade kon på ben skrek de: "Stoppa tjuven, stoppa tjuven".

Sjäntilligt gemenrade en 17-årig flicka med en kamrat på Lilla Fiskaregatan.

I höjd med Grand Hotell tacklade tjejerna upp mannen mot en vägg.

### Höll fast honom

Att tjuven vid upprepade tillfällen skrek "Släpp mig" bekom inte dem inte. I stället höll de fast mannen i väntan på polis.

Senare hittades stöldgods till ett sammanlagt värde av 28 000 kronor i 37-åringens BMW.

I fredags åtalades mannen för stöld, häleri och häleriförmedla.

37-åringen erkänner samtliga brott.

Gustav Sandström  
gustav.sandstrom@lunds.se