

Rastlösa ben vanligt hos rökare

Medicin. Studie visar på samband mellan luftrörsproblem och obehagliga krypningar i benen

Rökare och personer som har olika andningssvårigheter besväras betydligt oftare än andra av obehagliga krypningar i benen. Men det kan inte förklara varför så kallade rastlösa ben är mycket vanligare bland isländska än bland svenska kvinnor. Den skillnaden är en gåta.

Det framgår av en studie bland närmare 2 000 slumpmässigt utvalda medelålders och äldre personer i Reykjavik och Uppsala, som publiceras i nätupplagan av fack-

tidskriften Sleep Medicine.

– Vi vet sedan tidigare att det finns en stark ärftlig komponent när det gäller benägenheten att utveckla rastlösa ben. Vår studie pekar därför på att det är extra viktigt för dem som har rastlösa ben i släkten att inte röka och undvika passiv rökning, säger docent Eva Lindberg vid Akademiska sjukhusets lung- och allergiklinik.

I studien genomgick deltagarna en undersökning av lungfunktionen, lämnade blodprover och besvarade en

omfattande enkät som innehöll flera "sömnfrågor" och ett frågeformulär som brukar användas för att ställa diagnosen rastlösa ben.

NÄR FORSKARNA analyserade vilka som hade rastlösa ben fann de att besvären var klart vanligare bland dem som aktivt eller passivt utsattes för tobaksrök och bland dem som hade någon form av andningsbesvär – till exempel hosta, slem i luftvägarna eller väsnningar i bröstet – än bland övriga deltagare i studien.

Det är första gången som ett så tydligt samband påvisats mellan å ena sidan olika luftrörsproblem, å andra sidan ökad risk för rastlösa ben.

– Dessa samband bör undersökas närmare. Att rastlösa ben ökar risken för sömnsvårigheter är väl känt. Men kanske kan det också vara så att sömnsvårigheter till följd av andningsbesvär ökar benägenheten att känna av obehagskänslor i benen, säger Eva Lindberg.

I likhet med flera tidiga-

re undersökningar visar den nya studien att rastlösa ben är ett vanligt problem och ofta förknippat med störd nattsömn och trötthet under dagen.

I BÅDE REYKJAVIK och Uppsala besväras ungefär var nionde man av obehagliga krypningar i benen när han satt stilla eller skulle sova. Däremot skilde sig förekomsten av rastlösa ben bland kvinnor påtagligt mellan de båda orterna. Nästan var fjärde kvinna i Reykjavik, men "bara"

var sjunde i Uppsala, hade sådana besvär.

– Först trodde vi att obehandlad blodbrist bland isländska kvinnor kunde förklara skillnaden, men så var inte fallet. Kanske kan genetiska olikheter vara förklarningen. Det är känt att vissa genvarianter medför en ökad förekomst av rastlösa ben. Vi har planer på en framtida uppföljningsstudie i vilken även genetiska prover ska tas, säger Eva Lindberg.

Ake Spross

ake.spross@unt.se 018-478 13 12