

Am 23. September 2020 ist Welt-RLS-Tag

22.09.2020, 15:55 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *RLS e. V. Deutsche Restless Legs Vereinigung*



Am 23. September, dem Geburtstag des schwedischen Neurologen Karl-Axel Ekbom, ist Welt-RLS-Tag. Auf Ekbom geht der heute gebräuchliche Name für das auch als Syndrom der „unruhigen Beine“ bekannte Restless Legs Syndrom (RLS) zurück.

Unangenehme, bisweilen sogar schmerzhaft empfindungen in den Beinen und ein unwiderstehlicher Drang sich zu bewegen, aufzustehen und sich zu strecken: Dies sind die häufigsten Anzeichen des RLS. Sie neigen dazu, schlimmer zu werden, wenn die betroffene Person zur Ruhe kommt, etwa beim Sitzen oder Liegen, beim Fernsehen oder bei langen Autofahrten. Da die Symptome normalerweise abends intensiver werden, stören sie häufig den Schlaf. Das Restless Legs Syndrom ist eine häufige neurologische Erkrankung: 7-10 Prozent der Bevölkerung sind betroffen, 3 Prozent von ihnen behandlungsbedürftig.

Die mit dem RLS verbundenen Schlafstörungen können ernsthafte Beeinträchtigungen im familiären, gesellschaftlichen und beruflichen Leben zur Folge haben. Auch das Risiko für Erschöpfungssyndrome, Verstimmungen oder kardio- und cerebrovaskuläre Erkrankungen kann steigen. Die Ursachen des RLS sind noch nicht hinreichend bekannt. Verschiedene Genvarianten wurden identifiziert, die mit erhöhtem Risiko für ein RLS verbunden sind. Die Beschwerden können aber auch Folge einer anderen Erkrankung, etwa einer reduzierten Nierenfunktion, sein. Auch bei Schwangerschaften, rheumatischer Arthritis, Eisenmangel und bestimmten Medikamenten kann ein RLS auftreten.

Heilen lässt sich das RLS bislang nicht. Es stehen allerdings effektive Behandlungen zur Verfügung. Leichte Symptome können oft durch die Identifizierung der Auslöser und Änderungen des Lebensstils reduziert werden. Hier können kalte Bäder, Massagen oder sportliche Bewegung hilfreich sein. Bei einer stärkeren Ausprägung der Erkrankung können Medikamente helfen, die Symptome zu lindern.

Am 23. September begehen wir den Welt-RLS-Tag (RLS Awareness Day). Ziel ist es, mit dem Welt-RLS-Tag auf die Erkrankung aufmerksam zu machen und ein stärkeres Bewusstsein für das mit ihr verbundene Leiden zu wecken. Darüber hinaus soll auf die Notwendigkeit einer konsequenten weiteren Forschung zur Verbesserung der Diagnostik und Therapie hingewiesen werden. Denn trotz der in den letzten Jahren erreichten Fortschritte ist es für Menschen mit RLS immer noch eine Herausforderung, eine qualitativ hochwertige medizinische Versorgung zu bekommen. Drei Jahre oder länger muss der durchschnittliche Betroffene ab dem Zeitpunkt der ersten Symptome auf eine korrekte Diagnose warten.

Der Welt-RLS-Tag ehrt auch die ehrenamtliche Selbsthilfearbeit der RLS e.V. Deutschen Restless Legs Vereinigung. Sie ist seit 25 Jahren deutschlandweit nicht nur der Ansprechpartner für die Mitglieder der Vereinigung, sondern auch für

Ärzte, Wissenschaft und Interessierte. Die zahlreichen regionalen Selbsthilfegruppen der RLS e.V. informieren und beraten auf der Grundlage von Selbstbetroffenheit. Auf diese Weise ergänzen und bereichern sie das Expertenwissen des medizinischen Systems im Sinne einer ganzheitlichen Gesundheitsinformation. "Uns ist aber bewusst, dass wir noch einen langen Weg vor uns haben. Denn viele Menschen, die mit der Krankheit leben, haben keinen Zugang zu den Mitteln oder Informationen, die sie benötigen, um ihre Beschwerden zu bewältigen. Nach wie vor gibt es einen großen Bedarf an weiterer Forschung und Entwicklung für wirksame Behandlungen. Daran arbeiten wir seit vielen Jahren“, so Lilo Habersack, Vorstandsvorsitzende der RLS e.V. Ausführliche Informationen, Rat und Hilfe finden Sie unter www.restless-legs.org

RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung

Schäufeleinstr. 35
80687 München

Portrait

Die RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in München. Mit rund 4000 Mitgliedern ist sie nicht nur Ansprechpartner für die Mitglieder der Vereinigung, sondern auch für Betroffene, Ärzte, Wissenschaft und Interessierte.

News-ID: 1101401 • Views: 1466 (Stand: 27.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1101401/Am-23-September-2020-ist-Welt-RLS-Tag.html>