



CHECKLISTE

Restless legs Syndrom –

Sind Ihre Beschwerden RLS-Symptome?

Wenn Sie mehr als zwei der folgenden zehn Fragen mit „Ja“ beantworten, sollten Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin über diese Symptomatik sprechen. Er/sie kann abklären, ob Sie möglicherweise unter einem RLS leiden.

- | | | |
|---|--------------------------|----------------------------|
| ● Leiden Sie in Ruhe- und Entspannungssituation (Fernsehen, Kino, Busfahrten etc.) unter unangenehmen bis qualvollen Missempfindungen wie Ziehen, Jucken, Reißen und Kribbeln in den Beinen oder Armen? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Werden Sie in solchen Situationen durch einen unstillbaren Bewegungsdrang zum Aufstehen und Umhergehen gezwungen? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Sind diese Beschwerden durch aktive Bewegungen, kalte Fußbäder, Massagen o.ä. vorübergehend zu lindern oder zu beseitigen? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Haben Sie keine oder kaum Beschwerden, solange Sie am Tag in Bewegung sind? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Bemerkten Sie eine Zunahme der Beschwerden abends oder nachts? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Leiden Sie unter Ein- und/oder Durchschlafstörungen? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Fühlen Sie sich tagsüber häufig müde, abgespannt und erschöpft? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Verhindern die Beschwerden in den Beinen auch tagsüber die erhoffte Ruhe und Entspannung und fühlen Sie sich durch die Beschwerden in Ihren sozialen Aktivitäten eingeschränkt (z.B. Verzicht auf Kino- oder Theaterbesuche, Vermeiden von Flugreisen)? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Bemerkte Ihr Partner nachts häufig unwillkürliche Zuckungen Ihrer Beine oder Füße während Sie schlafen? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |
| ● Gibt es jemanden in Ihrer Verwandtschaft, der über ähnliche Symptome klagt? | Ja <input type="radio"/> | Nein <input type="radio"/> |