

- 6 **Geleitwort zur aktuellen 5. Auflage**
- 7 **Liebe Leserinnen, liebe Leser**
- 9 **RLS – was ist das eigentlich?**
- 10 **Was bedeutet RLS?**
- 11 Die medizinische Beschreibung
- 13 RLS-Symptome beginnen meist am Abend
- 14 Stillsitzen ist eine Qual
- 16 **Wie verläuft das RLS?**
- 16 Einfluss der Hormone
- 18 Frauen mit Kindern sind häufiger betroffen
- 18 Wie häufig ist das RLS?
- 20 Welche Folgen hat die Störung des Schlafes?
- 23 **Wie wird ein RLS diagnostiziert?**
- 24 **Selbstdiagnose und Diagnose durch den Arzt**
- 25 Wissenschaftlich formulierte Kriterien zur Diagnose
- 28 **Was passiert im Schlaflabor?**
- 28 Wie wird der Schlaf untersucht?
- 29 Wie empfinden Patienten die Nacht im Schlaflabor?
- 30 Der »Effekt der ersten Nacht«
- 30 Was wird aufgezeichnet?
- 32 Die Atmung ist eine wichtige Messgröße
- 32 Auch die Beinbewegungen werden aufgezeichnet
- 34 Wann treten periodische Beinbewegungen auf?
- 34 Einschlafzuckungen sind normal
- 35 Die Auswertung kann lange dauern
- 35 Welche anderen Erkrankungen erwägt der Arzt?
- 44 Weitere Untersuchungsmethoden bei Verdacht auf RLS
- 47 **Die Ursachen der Erkrankung**
- 48 **Was verursacht das RLS?**
- 50 Die Rolle der Botenstoffe
- 51 Ist das RLS erblich?
- 55 RLS und die Mangelware Eisen
- 58 RLS und Schlafapnoe
- 60 RLS und die Nierenfunktion
- 61 Können Medikamente das RLS hervorrufen?
- 63 **Das können Sie selbst tun**
- 64 **Effektive Alltagshilfen**
- 64 Selbsthilfe ohne Medikamente
- 67 Umgang mit der Erkrankung
- 76 **Rezeptfreie Medikamente und Homöopathie**
- 80 **Häufig gestellte Fragen**
- 80 Kann RLS bereits bei Kindern vorkommen?

82	Wie verhält sich das RLS in der Schwangerschaft?	103	Wie lässt sich die Wirkung verlängern?
85	Was müssen Betroffene bei einer Krebstherapie beachten?	103	Wechsel zu Dopaminagonisten
86	Was ist bei Operationen zu beachten?	104	Therapie mit Dopamin-agonisten
87	Geht das RLS in die Parkinson-Erkrankung über?	105	Vor- und Nachteile der Dopaminagonisten
87	Was sind die beruflichen Folgen einer RLS-Erkrankung?	109	Warum werden manche Medikamente nicht zugelassen?
88	Können Umweltgifte ein RLS hervorrufen?	109	Die zugelassenen Dopaminagonisten
89	Fernreisen und RLS – wie geht das?	116	Wie wird zwischen Dopaminagonisten gewechselt?
91	Medikamentöse Behandlung	116	Kombination von Medikamenten beim schweren RLS
92	Verschreibungspflichtige Medikamente	116	Was ist eine Apomorphin-Pumpe?
93	Wie findet der Arzt das richtige Medikament?	118	Behandlung mit Opiaten
95	Der Beipackzettel	118	Was sind Opiate?
97	Wie wirken L-Dopa und die Dopamin-agonisten?	122	»Spezialfälle« und seltenere Medikamente
100	RLS-Behandlung mit L-Dopa	122	Gabapentin, Pregabalin und mehr
100	Restex® – das erste RLS-Präparat	125	Behandlung des urämischen RLS
101	Übelkeit ist anfangs eine häufige Nebenwirkung	128	Anhang
102	Die Wirksamkeit lässt oft nach	128	Selbsthilfegruppen
		130	Medikamentennamen im Ländervergleich
		130	RLS-Zentren in Deutschland – eine Auswahl
		132	RLS im Internet
		134	Weiterführende Fachliteratur
		136	Hinweise für Anästhesisten
		138	Stichwortverzeichnis