

Aandoening

Rusteloze benen (restless legs)

Bij rusteloze benen lukt het u niet om uw benen stil te houden.

Het rusteloze benen syndroom (ofwel restless legs syndroom, afgekort RLS) is een neurologische bewegingsstoornis. Hierbij is sprake van een niet tegen te houden neiging om uw benen te bewegen als u in rust bent. Dit gebeurt meestal 's avonds en 's nachts. U kunt het onprettige gevoel ook in uw armen, romp, handen of voeten hebben.

Bewegen van uw benen zorgt ervoor dat het vervelende gevoel verdwijnt. Maar zodra u met bewegen stopt, kan het gevoel weer terugkomen. Als u niet toegeeft aan het gevoel om te bewegen, dan wordt het vervelende gevoel erger, totdat u vanzelf uw benen weer gaat bewegen. Het kan ook zijn dat uw benen uit zich zelf schoppende bewegingen gaan maken. Het houdt mensen uit de slaap. U kunt door de rusteloze benen een slaapttekort krijgen en daardoor overdag vermoeid zijn.

Meer informatie? Kijk op Thuisarts.nl (<https://www.thuisarts.nl/rusteloze-benen/ik-heb-rusteloze-benen>)

Onderzoeken

Om te onderzoeken of u rusteloze benen heeft tijdens de nacht, wordt u doorgestuurd naar het Slaap Waak Centrum.

Daar krijgt u een gesprek met de neuroloog/ slaapspecialist. Een neuroloog stelt vast of u rusteloze benen (RLS) heeft aan de hand van een beschrijving van uw klachten. Mogelijk krijgt u een paar onderzoeken om de ernst van de rusteloze benen vast te stellen.

Slaaponderzoek PSG, thuis

Bij een polysomnografie (PSG) onderzoekt de arts of er problemen zijn tijdens de slaap en wat daarvan de oorzaak is.

Bij dit onderzoek kijken we naar uw slaappatroon en naar bepaalde functies van uw lichaam tijdens de nacht.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/onderzoeken/slaaponderzoek-psg-thuis>

Bloedprikken

Bij bloedonderzoek nemen we een of meer buisjes bloed af met een hol naaldje. Dit bloed wordt vervolgens in het laboratorium onderzocht door een analist.

Bloedonderzoek of onderzoek van urine of ontlasting is nodig wanneer de huisarts of specialist meer te weten wil komen over uw gezondheid. De arts laat ook onderzoek doen om het verloop van ziekte en het effect van een behandeling te bepalen.

Alléén op afspraak

Bloedprikken en materiaal inleveren kan alléén op afspraak. U maakt eenvoudig zelf online een afspraak.

Ga naar www.jbz.nl/prikafspraak en maak een afspraak (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/jbz-prikafspraak>)

Hulp nodig? Bel dan op werkdagen van 08.30 - 17.00 uur (073) 553 36 99, kies optie 1.

Een afspraak maken is nodig bij alle JBZ-priklocaties (behalve bij de prikpost 'In de Leonardus' aan het Emmaplein in 's-

Hertogenbosch).

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/onderzoeken/bloedprikken>

Behandelingen

Wanneer het duidelijk is wat de oorzaak van uw rusteloze benen is noemen we dat secundaire Restless Legs Syndroom. De arts behandelt dan de onderliggende oorzaak.

Hierdoor kunnen uw RLS-klachten verminderen of zelfs overgaan. Als er bij u sprake is van primair Restless Legs Syndroom, dan is er geen onderliggende oorzaak gevonden. In dit geval krijgt u eerst adviezen over slapen en uw leefstijl. Worden uw klachten hierdoor niet minder of zijn uw klachten matig tot ernstig van aard? Dan krijgt u zo nodig medicijnen. De arts bespreekt dat dan met u.

Leefregels bij rusteloze benen

Wanneer er geen onderliggende oorzaak is van rusteloze benen, dan geeft de arts u adviezen over slapen en leefstijl.

De behandeling is gericht op het verlichten van de klachten en daarmee het verminderen van slaapttekort.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/leefregels-bij-rusteloze-benen>

Poliklinieken en afdelingen

Slaap Waak Centrum

In het Slaap Waak Centrum onderzoeken en behandelen we patiënten met een slaapprobleem of problemen die met de slaap te maken hebben.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/slaap-waak-centrum>

Klinische Neurofysiologie (KNF)

Op de afdeling Klinische Neurofysiologie vinden onderzoeken plaats die stoornissen in het functioneren van de hersenen, de zenuwen en de spieren kunnen ontdekken. Hier worden ook onderzoeken gedaan voor het Slaap Waak Centrum.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/klinische-neurofysiologie-knf>

Neurologie

Het medisch specialisme Neurologie richt zich op ziekten van het zenuwstelsel (hersenen, ruggenmerg en zenuwen) en de spieren.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/neurologie>

Code SWC-006