



# Malteser

...weil Nähe zählt.

**Malteser Lungen- und  
Allergiezentrum Bonn  
Allergologisch-  
Immunologisches Labor**

**Dr. med. Marcus Joest  
Dr. med. Birgit Sent**  
Fachärzte für Innere Medizin,  
Pneumologie (Allergologie)

**Dr. med.  
Adelheid aufm Kampe**  
Fachärztin für Allgemein-  
medizin, Allergologie

## Fragebogen zum Restless-Legs-Syndrom

Unruhige Beine („Restless Legs“) können zu erheblichen Einschlaf- und Durchschlafstörungen führen und auch tags Probleme verursachen, wenn man sich längere Zeit ruhig halten muss. Dieser Fragebogen gibt Ihnen einen Hinweis darauf, ob Sie möglicherweise an einem Restless Legs-Syndrom leiden. Wenn Sie eine mäßige oder hohe Wahrscheinlichkeit für Restless Legs haben, sprechen Sie Ihren Arzt darauf an. Die Erkrankung kann in den meisten Fällen erfolgreich behandelt werden.

### Bitte folgende Fragen mit ja oder nein beantworten:

1. Haben Sie Missempfindungen in den Beinen oder Armen wie Kribbeln, Reißen, Jucken, Brennen, Krämpfe, Schmerzen?
2. Haben Sie Ruhelosigkeit besonders in den Beinen, müssen Sie zwanghaft umhergehen, sich im Bett drehen und wenden oder müssen Sie die Beine reiben oder massieren?
3. Verstärken sich die Beschwerden quälend beim Hinlegen oder Hinsetzen?
4. Verstärken sich die Symptome immer am Abend?
5. Haben Sie Ein- oder Durchschlafstörungen, Tagesmüdigkeit oder sind Sie erschöpft?
6. Haben Sie regelmäßige Beinbewegungen im Schlaf ? Haben Sie regelmäßige Beinbewegungen im Wachzustand und in Ruhe?
7. Haben die Beschwerden im Lauf der Zeit zugenommen?
8. Haben mindestens zwei in direkter Linie Verwandte ähnliche Probleme?

### Ergebnis (Anzahl der „Ja“-Antworten)

0 – 3 Geringe Wahrscheinlichkeit für Restless Legs  
4 – 5 Mäßige Wahrscheinlichkeit für Restless Legs  
6 – 8 Hohe Wahrscheinlichkeit für Restless Legs

Gerne beantworten wir Ihnen Ihre offenen Fragen.

*Ihr Praxis-Team*