

## EXPERTEN-HOTLINE

Am 21.09.2018

10.00 - 16.00 Uhr

TEL. 089/55028882

Ein renommierter RLS-Experte beantwortet Ihnen zu unserem Aktionstag am 21.09.2018 von 10.00 – 16.00 Uhr unter Tel. 089/55028882 Ihre Fragen.



## WO?

Veranstaltung findet statt in den Räumen der  
**LAG Selbsthilfe Bayern e.V.**  
Orleansplatz 3  
81667 München

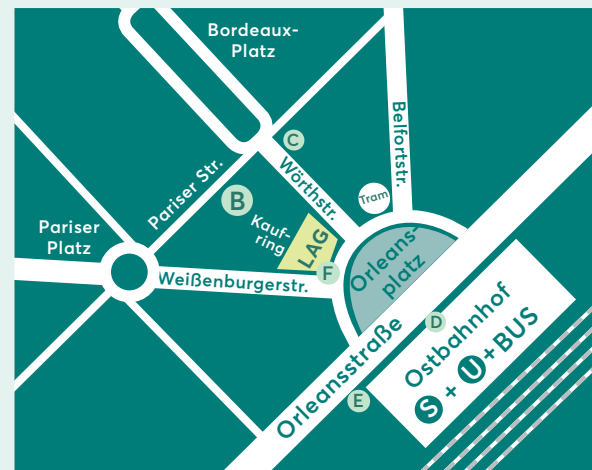
### Lage

Die LAG Selbsthilfe Bayern liegt am Orleansplatz am Ostbahnhof.

**Öffentliche Anreise:** Mit allen S-Bahnlinien (S1-S8), mit der U5, mit der Straßenbahnlinie 19 oder mit mehreren Buslinien bis Ostbahnhof.

**Anreise mit dem PKW:** Nutzen Sie das Parkhaus in der Pariser Str. 46 (Lageplan siehe B). Behindertenparkplätze befinden sich in der Weißenburgerstraße 43 (Lageplan F), Wörthstraße 43 (Lageplan C) oder am Orleansplatz 11 und 13 (Lageplan D und E).

Am Orleansplatz gehen Sie in das Kaufhaus „Kaufring“. Die LAG Selbsthilfe befindet hier sich im 4. Stock über dem Kaufhaus. (Lift des Kaufhauses nutzen).



DEUTSCHE  
RESTLESS LEGS  
VEREINIGUNG

BAYERNWEITER  
AKTIONSTAG ZUM

WELT-RLS-TAG

21.09.2018  
MÜNCHEN

DAK  
Gesundheit  
Ein Leben Lang

TUM

SELBSTHILFE  
LAG BAYERN

BLAK  
Bayerische Landesapothekerkammer

HelmholtzZentrum münchen  
Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt

BAV  
Bayerischer Apothekerverband e.V.

## PROGRAMM

**9:45** Ankommen und Begrüßung

**10:00-11:00** Vortrag:

### **Bewegungsstörungen im Schlaf – Klinik und Ursachen**

Dr. med. Christian Lechner, HELIOS Amper-Klinikum Dachau

**11:00-12:00** Vortrag:

### **RLS aus der Sicht des Apothekers**

Dr. Markus Zieglmeier, Bayerische Landesapothekerkammer

**12:00-12:30** Kaffeepause

**12:30-13:30** Vortrag:

### **RLS und die Kammer des Schreckens**

Nathalie Schandra, TUM, Klinikum rechts der Isar

**13:30-14:00** Vortrag:

### **Was ist die Neurobiobank?**

Dr. med. Sigrun Roeber, LMU München, Zentrum für Neuropathologie und Prionforschung

Jeweils mit Gelegenheit für Fragen und Diskussion.

### **Um Anmeldung zum Aktionstag wird gebeten:**

per E-Mail: [info@restless-legs.org](mailto:info@restless-legs.org)  
oder telefonisch: (0 89) 55 02 88 80

## RLS

### **Zum Krankheitsbild:**

Das Restless Legs Syndrom (RLS) ist eine Erkrankung des zentralen Nervensystems. Schmerzhaftes Missempfindungen und ein ausgeprägter Bewegungsdrang der Beine sind charakteristische Symptome. Die Beschwerden treten dann auf, wenn der Körper zur Ruhe kommt. Sie sind am Abend oder in der Nacht stärker als am Tag oder treten nur abends auf. Der ständige Drang, sich zu bewegen, kann sehr belastend sein und zu einer Einschränkung der Lebensqualität führen. Denn aufgrund der Beschwerden ist an ausreichend Schlaf nicht zu denken.

Beim RLS kann man durchaus von einer Volkskrankheit sprechen. 7 bis 10 % der Bevölkerung sind betroffen, Frauen häufiger als Männer. Meist tritt das RLS im mittleren Lebensalter auf, mitunter auch schon in jungen Jahren. Bei ca. 3 % der Betroffenen ist das RLS behandlungsbedürftig (Berger et al 2004). Die Diagnose erfolgt anhand der subjektiven Beschwerden. Es können jedoch auch ein L-Dopa-Test oder eine Untersuchung im Schlaflabor durchgeführt werden.

Noch ist die Ursache des RLS nicht geklärt. Viele Betroffene kennen weitere Fälle in der Familie, so dass man von einer genetischen Veranlagung ausgehen kann. Als sogenanntes sekundäres RLS können die Beschwerden aber auch Folge einer anderen Erkrankung, etwa einer reduzierten Nierenfunktion, sein. Auch bei Schwangerschaften, rheumatischer Arthritis, Eisenmangel und bestimmten Medikamenten kann ein RLS auftreten.



## WIR ÜBER UNS

Die RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung mit Sitz in München wurde 1995 von Betroffenen gegründet. Wir sind Ansprechpartner für Betroffene, Ärzte, Wissenschaft und Interessierte. Deutschlandweit bieten unsere zahlreichen regionalen RLS-Selbsthilfegruppen gezielt Hilfe und aktuelle Informationen an. Der Vereinigung steht ein medizinisch-wissenschaftlicher Beirat zur Seite, dem angesehenen Wissenschaftler und Experten auf dem Gebiet der RLS-Forschung angehören. Umfassende Informationen erhalten Sie bei uns. Holen Sie sich Rat und Hilfe! Wir sind gerne für Sie da:

RLS e.V. Deutsche Restless Legs Vereinigung  
Schäufeleinstraße 35 – 80687 München  
Tel. (0 89) 55 02 88 80  
Fax (0 89) 55 02 88 81  
E-Mail: [info@restless-legs.org](mailto:info@restless-legs.org)  
[www.restless-legs.org](http://www.restless-legs.org)

Wir sind eine gemeinnützige Selbsthilfevereinigung und arbeiten ehrenamtlich.

