

Restless-Legs-Syndrom bei Migräne

Datum: 23.02.2022

Original Titel:

Association Between Migraine Complicated With Restless Legs Syndrome and Vitamin D

Kurz & fundiert

- Migräne und RLS treten häufig in Kombination auf, beide Krankheiten hängen mit dem Vitamin D-Spiegel zusammen
- Ein verstärkter Vitamin D-Mangel trat häufiger bei Migräne-Patienten auf und konnte mit dem Auftreten von RLS in Zusammenhang gebracht werden
- 92 % der Migräne-Patienten mit RLS hatten ein Vitamin D-Defizit
- Migräne-Patienten mit Vitamin D-Mangel haben eine 5-fach höheres Risiko, RLS zu bekommen als Teilnehmer ohne Vitamin D-Mangel

DGP - Migräne betrifft rund 10 % der Bevölkerung und ist bekannt dafür, mit anderen Krankheiten wie Asthma, Depressionen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen zusammenzuhängen. Auch die weit verbreitete sensomotorische Störung RLS (engl.: restless leg [syndrome](#) = unruhige Beine) steht bekanntermaßen in Verbindung mit Migräne. Vitamin D-Mangel steht nun unter Verdacht, die beiden Krankheiten zu verbinden.

Die Autoren dieser Studie analysierten das Vorkommen von unruhigen Beinen (engl.: restless leg [syndrome](#) = RLS) bei Migräne-Patienten sowie den Zusammenhang mit einem Vitamin D-Defizit. Das Ziel war dabei, die klinische Diagnose und Behandlung dieser Krankheiten zu vereinfachen und zu verbessern.

Vergleich von Menschen mit und ohne Migräne: Vitamin D, Schlafqualität, RLS-Symptome

Zur Analyse dieser Zusammenhänge wurden in einer Kontrollstudie 175 Migräne-Patienten und 151 Personen ohne Migräne ([Kontrollgruppe](#)) untersucht. Die Kopfschmerzstärke ([VAS-Score](#)), Vorhandensein und Stärke von RLS ([IRLS-Score](#)), Schlafqualität ([PSQI](#)), Symptome von Angst und Depression (HADS) und demographische Daten wurden von sämtlichen Teilnehmern aufgenommen. Zusätzlich wurde der Vitamin D-Wert im Blutserum gemessen.

5-fach höheres Risiko von RLS in Migränepatienten mit Vitamin D-Mangel

Im Vergleich zu [Kontrollgruppe](#) hatte die Migräne-Gruppe ein niedrigeres Vitamin D-Level (21,10 vs.

16,42 ng/ml), eine höhere Vitamin D-Mangel Rate (45,03 vs. 72 %) und litten häufiger an RLS (6,62 vs. 22,29 %). Vergleich man die RLS-Patienten aus der Kontrollgruppe mit denen aus der Migräne-Gruppe, konnte ebenfalls ein niedrigeres Vitamin D-Level bei den Migräne-RLS-Patienten festgestellt werden (17,36 vs. 13,15 ng/ml), auch der Vitamin D-Mangel kam in dieser Gruppe häufiger vor (66,18 vs. 92,31 %) sowie eine erhöhte Kopfschmerz-Frequenz.

Die Autoren folgern, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen einem Vitamin D-Defizit in Migränepatienten und dem Vorkommen von RLS besteht und Vitamin D-Mangel als unabhängiger [Risikofaktor](#) für das Auftreten von RLS bei Migräne gelten kann. RLS trat bei Migräne-Patienten war signifikant häufiger auf als in der Kontrollgruppe und könnte mit dem vermehrten Vitamin D-Mangel in Verbindung gebracht werden. Allerdings sprechen die Autoren sich für eine Bestätigung der Resultate durch eine multizentrische Studie mit höherer Teilnehmerzahl aus.

Referenzen:

Sun S, Liu C, Jia Y, Wu J, Li H, Li X, Zhao Y. Association Between Migraine Complicated With Restless Legs Syndrome and Vitamin D. Front Neurol. 2021 Nov 15; 12: 777721. doi: 10.3389/fneur.2021.777721.



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“