



# **HUZURSUZ BACAK SENDROMU**

**Doç. Dr. Mustafa SAYGIN**

**SDÜ Tıp Fakültesi Fizyoloji ABD.**



# ÖĞRENME HEDEFLERİ

- Husursuz bacaklar sendromunu açıklayabilmek
- Husursuz bacaklar sendromunu tedavisini anlatabilmek

# AMAÇ

- Huzursuz bacaklar sendromunu öğrenmek.

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

- **Huzursuz bacak sendromu**, son yıllarda daha iyi tanınmaya başlayan bir sendromdur.
- **Sendromun temel özelliği**, bacaklarda ortaya çıkan ağrı veya rahatsız edici bir hisdir.
- Ancak bu ağrı hareketle azalır veya ortadan kalkar.
- Sendromun diğer bir özelliği de, **diurnal ritim** göstermesidir. **Akşam saatlerinde artar, sabah azalır.**

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

- Hastanın semptomları akşam saatlerinde ve özellikle uyku için yatıldığı zaman ortaya çıkar.
- Buna karşılık sabah saatlerinde genelde hastalar rahattır veya semptomları çok azdır.
- Hastaların hemen hepsinde uyku bozukluğu görülür.
- Bu nedenle; **uyku bozuklukları içinde çok önemli bir sendrom olarak bilinir ve uykuya dalma zorluğu olan her hastada mutlaka sorgulanması gerekir.**

ONU UNUTAMIYORUM ABI, KALBİME  
SÖZ GEÇİREMIYORUM ...

AMAAN BOŞVER, BEN DE  
BACAĞIMA SÖZ GEÇİREMIYO-  
RUM ...

AAH!!! NE VURLUYON  
BE !!!

HUZURLUZ BACAK  
SEMPOZYUMU DIYE BİŞEY  
DUYMADIN MI SEN ?..



# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

- **Huzursuz bacak sendromunun** ilk olarak 1672'de, İngiliz hekim **Thomas Willis** (1620-1675) tarafından tanımlanmasına karşın, ayrı bir klinik sendrom olarak bildirilmesi ve özelliklerinin belirlenmesi 1945'te İsveç nörolog **Karl-Axel Ekbom** tarafından yapılmıştır.
- Ekbom aynı zamanda sendromun isim babasıdır.
- Bu nedenle huzursuz bacaklar sendromu, **Ekbom sendromu** olarak da adlandırılır.

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

- Bu sendromda temel semptom **ağrıdır.**
- Bazı hastalarda bacaklarda karıncalanma, batma , gıdıklanma ve rahatsız edici bir his olarak tanımlanır.
- Bu his **vücutun tüm bölgelerinde tanımlanmıştır ve en sık kollardır.**
- Kollar dışında; karın, genital organlar, anal bölge ve torakstır ve bacadaki yakınmalara ek bulunur.
- Hareketle azalır, istirahatle artar.
- Soğuk veya sıcak su ağrıları azaltır.

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

## Tanı Kriterleri;

1. Bacakları hareket ettirme isteđi
2. Hareket ettirme yada hoş olmayan his, istirahat veya oturmada artar.
3. Hareket ettirme yada hoş olmayan his, hareket süresince azalır.
4. Hareket ettirme yada hoş olmayan his, akşamları gündüzden daha şiddetli ya da sadece akşamları geceleri ortaya çıkar.

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

**Bazen bu temel kriterlere ek olarak;**

1. Pozitif aile öyküsü
  2. Dopaminerjik tedaviye olumlu yanıt
  3. Uykuda periyodik bacak hareketlerinin varlığı destekleyicidir.
- Ama temel neden hastanın uyku bozukluğu olarak hekime gitmesidir.
  - Uyanıklıkta tekrarlayan bacak hareketleri ve «**Zorlayıcı haraketsizlik testi**» tanıya yardımcıdır.

# HUZURSUZ BACAK SENDROMU

**Temel olarak fizyopatolojide;**

- Demir
- Dopamin

İlişkili olduğu gösterilmiştir.



# EPİDEMİYOLOJİ

- Hastalığın görülme sıklığı ilk olarak Ekbon tarafından yapılmış ve **%5,2** olarak bulunmuştur.
- Sonraki çalışmalarda; Kanada, ABD, ve Almanya'da %5-15 arasında, Japonya'da %1,06 olarak bulunmuştur.
- Ülkemizde Mersin'de yapılan bir çalışmada **%3,19** olarak saptanmıştır.
- Genel olarak doğu ülkelerinde düşük, batı ülkelerinde yüksek prevalansa sahip olduğu söylenebilir.

# OLGU

- 31 yaşında erkek hastanın öyküsünden üç ay önce sağda daha belirgin bilateral diz altından parmak uçlarına kadar yayılan ağrı ve tarifi güç anormal bir duyu bozukluğu öğrenildi.
- Bu yakınmaları istirahat esnasında belirginleşip hareketle azalıyordu.
- Ağrı ve anormal duyum öğleden sonra hafif olarak başlayıp akşam ve uykuya dalışta artıyordu.
- Anormal duyum (dizestezi) motor huzursuzluk ve hareket etme ihtiyacına neden oluyordu.

# OLGU

- Eşinden hastanın uykuya dalışta bacaklarını devamlı hareket ettirdiğini ve yatakta sık dönmelerinin olduğu öğrenildi.
- Bu nedenle uykuya dalmakta güçlük çeken hastamızda sabahları hiç uyumamış gibi uyku hali, konsantrasyon güçlüğü, baş ağrısı ve sinirlilik şikayetleri mevcuttu.
- Beş yıl önce L5-S1 diskal herni (Bel fıtığı) tanısı alan ve operasyon önerilen olgumuzda ara ara sağ kalçaya lokalize ağrıları mevcuttu.
- Soy geçmişinde annesinde de benzer şikayetlerin olduğu öğrenildi.
- Fizik ve genel muayene normaldi.



# OLGU

- Nörolojik muayenede şuur açık, koopere oryante idi. Uykuya dalma güçlüğü ve uyku kalitesinin bozukluğu nedeni ile konsantrasyon güçlüğü çekiyordu.
- Kranyal sinir muayenesi normaldi.
- Sağ kalçasındaki ve iki alt ekstremitelerdeki ağrı öksürme ve ıkınma ile aktive olmuyordu.
- Kuvvet tam olup, derin tendon refleksi bilateral plantar yanıt veriyordu.

# OLGU

- Duyu, ekstrapiramidal ve serebellar sistem muayeneleri normaldi.
- Yürüme normal olup, yakınmaları yürüme esnasında azalıyordu.
- Rutin biyokimya tetkiklerinden kan şekeri, üre, demir bağlama, ferritin, B12, folik asit, T3-T4-TSH, sedimantasyon, kan elektrolit değerleri normaldi.
- Sağ kalça ağrısı için sakroiliak ekleme yönelik çekilen spiral bilgisayarlı tomografide her iki sakroiliak eklem ara mesafeleri ve eklem yüzeyleri normaldi.
- Bacak ağrıları için yapılan bilateral alt ekstremitte arteriyal renkli doppler normaldi.



# OLGU

- EMG'si sağ L5 kökünde subakutkronik hafif düzeyde nörojenik tutulum ile uyumluydu.
- Lomber MRG'da L5-S1 diskal herni mevcuttu.
- Polisomnografisinde (PSG) bacak EMG ve solunum kayıtları ile birlikte yapılan tüm gece video monitarizasyonlu poligrafik uyku tetkikinde uyanıklık sırasında beynin temel biyoelektrik faaliyeti ve uykunun fazik ve tonik elemanları yeterli bulunmuş, uyku fazlarının ayırımı yapılabilmıştır.

# OLGU

- Tetkik süresince uykuya dalmayı güçleştiren ritmik diziler halinde ortaya çıkan periyodik bacak hareketleri izlenmiştir.
- Hasta uyuduktan sonra da biyoelektrik ve zaman zaman davranışsal uyanma reaksiyonlarına neden olan periyodik bacak hareketleri saatte 20-22 kez ortaya çıkmıştır.
- Hastada solunum kayıtlarında saptanmamıştır.

# TANI

Husursuz bacaklar sendromu





*Teşekkürler*

*SORULAR?*

# DERS NOTLARIMI

saglikveuyku.com

adresinden indirebilirsiniz.

