

80% aller Betroffenen mit einer REM-Schlaf-Verhaltensstörung entwickeln eine Parkinson-Krankheit

Die REM-Schlaf-Verhaltensstörung (engl. abgekürzt RBD) ist durch lebhaftere Träume und körperliche Aktivität im Traumschlaf gekennzeichnet: Die Betroffenen schreien, treten oder schlagen um sich im Schlaf. Oft schämen sie sich und gehen nicht zum Arzt. Dabei können Medikamente Linderung verschaffen.

Hinzu kommt, dass es einen Zusammenhang zwischen RBD und der Parkinson-Krankheit gibt - 4 von 5 Betroffenen erkranken im Laufe von 15 Jahren an der Parkinson-Krankheit. Derzeit wird an einem Test gearbeitet, der verlässlich vorhersagen kann, ob eine RBD in eine Parkinson-Krankheit mündet oder nicht.

Die REM-Schlaf-Verhaltensstörung (engl. „REM sleep behaviour disorder“ – RBD) wird laut der Internationalen „Classification of Sleep Disorders“ (ICSD) den sogenannten Parasomnien zugeteilt. Darunter versteht man Schlafstörungen mit störenden Begleitsymptomen. Der REM-Schlaf, oder auch Traumschlaf, wechselt sich mit dem Non-REM-Schlaf (Leicht- und Tiefschlaf) mehrmals pro Nacht ab und ist durch die schnellen Augenbewegungen („rapid eye movements – REM“) bei geschlossenen Augenlidern charakterisiert. Während der REM-Schlafphase herrscht im Gehirn eine erhöhte Durchblutung und Stoffwechselaktivität, die Atem- und Herzfrequenzen steigen an, die Muskulatur ist aber in einem vollständigen Ruhezustand. In dieser Schlafphase träumen wir. Bei Betroffenen, die unter der RBD leiden, kommt es in dieser REM-Schlafphase zu heftigen Träumen, die sie – im Gegensatz zu „normal Träumenden“ – auch körperlich durchleben und „aktiv“ werden lassen. Nicht selten schreien die Betroffenen laut, sie treten oder schlagen unkontrolliert um sich, kratzen oder beißen, in einigen Fällen kann es sogar zu Selbstverletzungen oder Verletzungen des Partners kommen.

„Die RBD ist für Betroffene oft ein Tabuthema. Sie schämen sich und haben Sorge, als aggressiv oder unbeherrscht eingestuft zu werden. Ihnen – und oft auch dem Partner – ist nicht klar, dass eine Krankheit ursächlich für die nächtliche Aktivität ist“, erklärt Prof. Dr. Wolfgang Oertel von der Universität Marburg. „Es ist wichtig, diese Tabus abzubauen und allgemein bekannt zu machen, dass es sich bei der RBD um ein Vorzeichen einer Erkrankung handelt. Betroffene sollten sich ihrem Hausarzt anvertrauen, der sie bei Bedarf an einen Neurologen überweist, denn die RBD ist behandelbar.“

Eine medikamentöse Therapie kann die Lebens- und Schlafqualität vieler Patienten verbessern. Zum Einsatz kommen beispielsweise Clonazepam, eine Substanz, die vor allem bei Epilepsie eingesetzt wird (auch wenn RBD keine epileptische Erkrankung ist!), und Melatonin, ein Hormon, das den Wach-Schlaf-Rhythmus steuert. Aber selbst, wenn die medikamentöse Therapie nicht anschlägt, ist für viele Betroffene allein die Diagnose ein Segen. „Ihnen fällt ein Stein vom Herzen, wenn sie erfahren, dass ihr Leiden eine echte Erkrankung ist, sie nicht ‘unnormale’ sind oder gar Sorge haben müssen, verrückt zu werden“, so Prof. Oertel.

Es gibt aber noch einen weiteren wichtigen Grund, warum eine rechtzeitige Diagnose wichtig ist: Die REM-Schlaf-Verhaltensstörung wurde als ein Risikofaktor zur Entwicklung eines Parkinson-Syndroms eingestuft. Es ist mittlerweile bekannt, dass 80% aller Betroffenen mit einer REM-Schlaf-

Verhaltensstörung in den nächsten 15 Jahren an einer sogenannten alpha-Synukleinopathie erkranken werden. In dieser Erkrankungsgruppe stellt die Parkinson-Krankheit die häufigste Krankheit dar. „Was für die Betroffenen zunächst wie eine Hiobsbotschaft klingt, denn eine Parkinson-Erkrankung ist auch heute noch nicht heilbar, hat zumindest einen positiven Aspekt: Durch die RBD erhalten Betroffene die Möglichkeit, sich mit der drohenden Parkinson-Erkrankung auseinanderzusetzen und frühzeitig mit einer Therapie zu beginnen. Darüber hinaus können die von der RBD Betroffenen hoffen, dass laufende Forschungsanstrengungen neue Therapie-Verfahren finden und entwickeln, die das Fortschreiten einer Parkinson-Krankheit verlangsamen“, so der Experte.

Die Parkinson-Krankheit ist weltweit die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung. Die hierbei zu beobachtenden Störungen des Bewegungsablaufes (siehe unten) lassen sich auf den Untergang dopaminerger Neurone der Substantia nigra im Mittelhirn zurückführen. Prinzipiell ist der Teil des Mittelhirns an der Ausgestaltung von Bewegungsabläufen beteiligt, was die typischen Parkinson-Symptome erklärt. Durch die Erkrankung kommt es im Verlauf zu einer Bewegungsarmut bis hin zur vollständigen Bewegungslosigkeit (Akinese), zur versteiften Muskulatur (Rigor) und dem Zittern von Armen und Beinen in Ruhe (Tremor).

Der Zusammenhang zwischen RBD und der Parkinson-Krankheit wird derzeit intensiv beforscht. Prof. Oertel und sein Team gehen der Frage nach, welche der RBD-Patienten zu den mehr als zwei Dritteln mit dieser Traum-Schlafstörung gehören, die auf eine Parkinson-Erkrankung zusteuern. Mit der sogenannten Fluoro-Desoxy-Glukose- (FDG-) PET-Technik haben sie den Energieverbrauch des Gehirns genau gemessen. Es stellte sich heraus, dass Parkinson-Patienten ein typisches Muster von Abweichungen des Energiehaushaltes im Gehirn zeigen. „Bei zwei Drittel von 25 untersuchten RBD-Patienten haben wir festgestellt, dass dieses Parkinson-Muster bereits im Vorstadium der Parkinson-Krankheit anwesend ist. Nun gilt es zu klären, ob das Muster tatsächlich für eine valide Vorhersage der Parkinson-Krankheit herangezogen werden kann, also ob es tatsächlich auch diejenigen RBD-Patienten mit dem typischen Parkinson-Muster sind, die an der Parkinson Krankheit erkranken werden, und ob umgekehrt die RBD-Patienten ohne Parkinson-Muster gesund bleiben“, erklärt der Marburger Neurologe und Past-Präsident der DGN. „Wenn das der Fall ist, haben wir einen Parkinson-Frühtest für Menschen, die unter RBD leiden.“ Das wichtige Forschungsprojekt wird vom ParkinsonFonds Deutschland gefördert. Die ersten Ergebnisse dieser Verlaufsstudie werden 2020 erwartet.

Für Betroffene und Angehörige ist der Verein REM-Schlafstörung e.V. eine wichtige Anlaufstelle. Auf der Internetseite <http://www.rem-schlafverhaltensstoerung.de/> findet man zahlreiche Informationen und u.a. einen RBD-Selbsttest.

Die Deutsche Gesellschaft für Neurologie e.V. (DGN)

sieht sich als neurologische Fachgesellschaft in der gesellschaftlichen Verantwortung, mit ihren über 9900 Mitgliedern die neurologische Krankenversorgung in Deutschland zu sichern. Dafür fördert die DGN Wissenschaft und Forschung sowie Lehre, Fort- und Weiterbildung in der Neurologie. Sie beteiligt sich an der gesundheitspolitischen Diskussion. Die DGN wurde im Jahr 1907 in Dresden gegründet. Sitz der Geschäftsstelle ist Berlin. www.dgn.org