

## むずむず脚症候群とは

夕方から夜にかけて下肢に虫がはうような感覚、むずむず感、ジッとしていられない、寝ていられない、そんな病気がむずむず脚症候群です。男性より女性が2倍、40歳以降に多くみられる病気です。

## むずむず脚症候群の特徴

こんな4つの症状の特徴があったらむずむず脚症候群を疑います。

1. 脚に不快感や違和感があり、脚を動かさずにはいられない衝動にかられる。
2. 脚の異常感覚が安静時に悪化する。
3. 症状は運動により軽減、消失する。
4. 症状は夕方から夜間に悪化する。



## 原因について

一般的に考えられているのは鉄分不足や貧血です。鉄分が体内で不足してしまうとドパミンの働きが本来より低下してしまうことにより、手足の運動機能がしっかりと機能しなくなってしまうのです。そのため、鉄分が不足していると、むずむず脚症候群が発症しやすいと考えられます。

また、他には妊娠や腎不全、あるいは糖尿病や末梢神経障害などを起こしている場合に、二次性として発症する可能性もあります。

妊娠をしていたり、人工透析を行っていたりすると、さらに脚に症状が現れやすい特徴があります。

## 治療方法

非薬物療法(例:入眠前に、下肢のマッサージなどを行なう)と薬物療法(ドパミン作動薬、抗てんかん薬など)があります。医師と相談しながらすすめていきます。

