

RLS

Internetowe mądrości definiują RLS jako *uczucie mrowienia, pieczenia i drętwienia nóg, obejmujące zazwyczaj całą powierzchnię obu kończyn dolnych*. U mnie objawy są zupełnie inne. Czuję *taskotanie* wyłącznie wewnątrz stawów kolanowych i to raczej z tyłu niż z przodu. Rzepki są wolne od dyskomfortu podobnie jak boki kolan.

początki

Moje pierwsze utrwalone w pamięci wspomnienie dotyczące *taskotania pod kolanami* wiąże się z zimowymi podróżami pociągiem do Giżycka gdzie po studiach odbywałem drugą połowę wojska. Wagony były całkowicie puste, rozkładałem się na całej kanapie i spałem dopóki stawy nie dały o sobie znać. Wstawałem na chwilę, robiłem 40-50 przysiadów i spałem dalej. Ważyłem wtedy jakieś 64 kg.

Żona do tej pory wspomina swoje zaskoczenie gdy na początku małżeństwa obudziła się i zobaczyła mnie ćwiczącego przysiady. A było to 40 lat temu. Potem przywykła. Moja przypadłość miała wznioły i upadki a ja stopniowo tyłem. Późnym latem 2016 roku udało mi się odchudzić z 80 do 72 kg i o dziwo przez jakiś czas spałem jak dziecko. Niestety, rozbiłem sobie czaszkę na rowerze i na pewien czas dostałem zakaz jakiegokolwiek aktywności.

Pod koniec 2016 roku dostałem wynik barania pobranego przez Panią płynu rdzeniowego. Chyba niczego niepokojącego tam nie było. Waga wróciła mi do 80 kg a z nią *taskotania*, ale dawało się żyć bez większych problemów. Od czasu do czasu zażywałem Restonum RS bez zauważalnych efektów.

kryzys

Z początkiem 2024 roku wesoło już nie było. Odwiedziłem kolejno ortopedę, internistę i neurologa. USG kolan niczego złego nie wykazało, doppler kończyn dolnych także, wszystkie parametry krwi były zadowalające. Łyknąłem przez miesiąc 100 tabletek Neurovitu. Bez efektów. W czerwcu było tragicznie i neurolog przepisał mi Aropilo i zalecał stopniowe zwiększanie dawki. W aptekach dostałem tylko dawkę 1 mg, kupiłem też jako zamiennik Requip 0,5 mg. Początkowo łupałem Requip na pół, potem bez łupania, potem 2 tabletki 0,5. Przez pierwszy tydzień spałem dobrze, potem gorzej ale dało się żyć.

Skończyło się kolejne opakowanie Requip 0,5 mg. Na początku grudnia zażyłem tabletkę zachomikowanego Aropilo 1 mg *bo to przecież to samo*. Po 45 minutach poczułem silne zawroty głowy i siadając przywaliłem czołem w parkiet. Po paru minutach zdołałem wstać. Neurolog przepisał Requip 1 mg, który dalej zażywałem wieczorem z coraz mizerniejszym efektem. Dodatkowo odczuwałem *taskotania* nie tylko w nocy ale niemal od razu gdy się położyę, nawet w wannie. Zamiast przysiadów robiłem 15 minutowy spacer po domu i to jeszcze pomagało. Robienie parudziesięciu przysiadów nie wydaje mi się już tak naturalnie łatwe.

moje dywagacje

W 2019 roku miałem usuniętą prostatę. Początkowo było znakomicie, potem PSA wzrastało, miałem dwukrotnie napromienianie z umiarkowanym skutkiem. Robione przy okazji scyntygrafii wskazywały jedynie zwyrodnienia stawów. Początek 2024 wiązał się z rozpoczęciem terapii hormonalnej dla obniżenia PSA. PSA istotnie spadło z 1.3 do 0.01. Póki co mam przerwę w terapii. Ale wydaje mi się, że część mięśni zdążyła zamienić mi się w sadetko choć utrzymywałem normalną aktywność typu długie spacery, rower, wycieczki górskie. Na głodzenie się nie znalazłem jednak dość silnej motywacji. Przełożyłem wizytę u Pani bo będąc z żoną i synem na Święta w Zakopanym złapaliśmy jakąś francę. Testy nie wykazały ani Covidu ani grypy. Temperaturę mieliśmy jednak dużą i spaliśmy jak suszy. Temperatura spadła – u mnie znów pojawiły się *taskotania*.

neurolog II

Kolejne większe dawki Requip umożliwiały mi nocny sen przez tydzień, a potem budziłem się coraz częściej, nawet co godzinę i spacerowałem po mieszkaniu. Zasięgnąłem opinii dr Małgorzaty Chodakowskiej Żebrowskiej do której trafiłem 10 lat temu z moją wykazującą demencję matką. Wtedy pani doktor przeprowadziła mi badania w kierunku dziedzicznego Alzheimerera. Wynik był ujemny.

10 stycznia 2025 na moje pytanie – czy mogło mi się coś załęgnąć w kolanach pani doktor stwierdziła, że to mało prawdopodobne ale zapytała czy robiłem testy na boreliozę. Dopiero później przypomniało mi się, że istotnie robiłem takie testy w 2012 roku. Wyniki były niejednoznaczne. Wtedy dostałem skierowanie do poradni chorób zakaźnych jednak miałem ciekawsze rzeczy do zrobienia.

Zdaniem pani doktor dalsze zwiększanie dawki Requip nie było wskazane. Przepisała mi Pregabalin z instrukcją stopniowego zwiększania dawki przez 16 dni. Przedtem przez tydzień musiałem zmniejszać dawki Requip. Spałem po 3-4 godziny na dobę i często się budziłem czując nieznośne łaskotanie w stawach kolanowych. Doszedłem do dawki 2*25mg + 2*25mg bez zauważalnego efektu.

Pod koniec stycznia 2025 zrobiłem nowe testy IgM oraz IgG blot, które wykazały pewne anomalie. Uzbrojony w wyniki poszedłem do szpitala zakaźnego na Wolską. Tam dowiedziałem się , że metoda vester blot jest często niemiarodajna. Pobrano mi krew i czekam na nowe wyniki.