

MUSKELZUCKUNGEN

Frage beim Doktor:

Q: Viele Menschen die Muskelzuckungen haben befürchten, dass sie ALS haben, weil diese oft assoziiert werden mit der Krankheit. Wenn jemand oft Muskelzuckungen hat, selbst täglich, kann dies dann der Beginn von ALS sein?

A: Muskelzuckungen kommen oft vor, vor allem wenn Menschen zu viel Kaffee trinken oder zu viel Stress, oder nicht genug Schlaf haben. Klingt das vertraut?

Natürlich, das erste was Menschen versuchen zu tun, wenn sie ein Symptom haben, ist zum Computer zu laufen, um dort nachzusehen, was Dr. Google darüber zu sagen hat. Ich habe dies gerade getan und ich bekomme 1.390.000 Resultate in 0,25 Sekunden. Und unter den aller ersten Stücken, die erschienen befindet sich eine Wikipedia-Definition, die bis hin zum Term „Faszikulationen“ führt (was für Muskelzuckungen steht), suggerierend, dass die Symptome mit ALS assoziiert werden können. Und dann ist es ganz normal in Panik zu geraten. Deshalb, wenn Sie nicht bereits unter Stress standen bevor sie zum Internet gingen, dann werden Sie es wohl sicher nach dem konsultieren von Dr. Google sein.

Aber mal eben anhalten. Es gibt viele Dinge, die Muskelzuckungen verursachen können, eingeschlossen der Müdigkeit, Angst oder selbst einer Nervenverklemmung im Nacken. Muskelkrämpfe, sind sehr häufig und können durch Umstände verursacht werden, wie Überbelastung oder selbst Dehydrierung. Klicken Sie einfach auf ein Basketballspiel. Erwartungsgemäß liegt dort immer jemand auf dem Boden mit nicht zu übersehenden Muskelkrämpfen.

Symptome, wie Muskelkrämpfe und Muskelzuckungen bedeuten an und für sich nicht viel; sie sind sehr häufig vorkommend und nicht spezifisch. Um ALS zu diagnostizieren muss ein Arzt Anzeichen einer fortschreitenden Muskelschwäche erkennen.

Was verursacht also Faszikulationen? Sie entstehen an den Enden der sehnern, Axonen genannt, dort wo sie in Kontakt mit dem Muskel kommen. Die Enden der Axonen werden verdächtigt überempfindlich zu sein auf Depolarisation (elektrische Entladung), und das ist was einen Muskel ansetzt um sich zusammenzuziehen. Wann immer sich ein Nerv entlädt, und das täglich unzählbar oft auf Befehl, dann beginnt ein elektrischer Impuls im

Nerv, bewegt sich fort in Richtung des Muskels, löst die Freisetzung eines chemischen Stoffes (Acetylcholin) aus, der über dem Zwischenraum zwischen dem Axon der Nerven und dem Muskel „schwimmt“ und sich auf einen Rezeptor auf dem Muskel festsetzt und dort eine Entladung (und dadurch eine Kontraktion) hervorruft. Der komplizierte Prozess nimmt einen Bruchteil einer Sekunde in Anspruch. Wenn etwas davon unkontrolliert passiert, dann ziehen sich die Muskelfasern ungewollt zusammen – und verursachen einen Muskelkrampf oder eine Faszikulation!

Manche Menschen mit ALS fragen sich ob die Anwesenheit von Muskelzuckungen gleich bedeutet, dass sie eine Schlechte oder fortschreitende Form der Krankheit haben. Grundsätzlich korreliert das Haben von Faszikulationen nicht mit der Schnelligkeit des Fortschreitens der Krankheit.

Ich würde vorschlagen, dass Menschen mit Faszikulationen oder Muskelkrämpfen einige Monate abwarten – auch wenn es keine feste Regel gibt – bevor sie eine Ärztliche Untersuchung anfragen. Sehr oft wird sich das Zucken oder die Krämpfe einfach von selber aufhören. Falls dem nicht so ist, dann macht es Sinn, um sich untersuchen zu lassen.

Ein Internist oder Neurologe wird ihnen einige Fragen stellen, etwas mehr erfahren wollen, über was Sie erfahren haben und ihren Körper in eine entspannte Haltung halten, um Zuckungen zu untersuchen. Er oder sie könnte Sie fragen, um sich einem Muskeltest (EMG) zu stellen, um besser begreifen zu können, was im Gange ist. Bluttests können auch nötig sein.

Oft scheinen die Ergebnisse normal zu sein, dennoch kann der Doktor vorschlagen ein bisschen länger ab zu warten, um zu sehen ob sich über die kommende Monate etwas weiterentwickelt. Selbst im 21en Jahrhundert gibt es manchmal keinen fertigen Test oder Prozedur, welche Ihnen eine deutliche Antwort über ein Problem geben kann. Mit Faszikulationen ist das sicher der Fall.

Warten ist eine Herausforderung für die meisten Menschen, aber die Chancen liegen schwer im Vorteil für das Nichthaben von ALS. Wie man schon sagt: „viele vorkommende Dinge kommen oft vor“ und ALS ist nicht vielvorkommend, vor allem nicht in Vergleich mit übermäßigem Kaffeekonsum und Stress.