

# Erschöpfung als Krankheit (Chronisches Erschöpfungssyndrom)

**Das Chronische Erschöpfungssyndrom (CFS Chronic Fatigue Syndrom)** stellt im Gegensatz zur Fatigue bzw. Cancer-Fatigue ein eigenständiges Krankheitsbild dar. Dieses ist in der ICD-10 (Internationale Klassifikation der Krankheiten) verzeichnet unter der Diagnosenummer G93.3: Chronisches Müdigkeits-Syndrom. Die ICD-10 ist ein Verzeichnis wissenschaftlich anerkannter Krankheiten und Diagnosen und hat weltweite Gültigkeit. Sie wurde im Auftrag des Bundesgesundheitsministeriums ins Deutsche übersetzt und vom Ministerium herausgegeben. Das Chronische Müdigkeits-Syndrom findet sich in der ICD-10 im Abschnitt G00–G99 unter den Krankheiten des Nervensystems, und zwar im Teilabschnitt „Sonstige Krankheiten des Gehirns“. Hier sind auch Erkrankungen wie Hirnödem, Hirnzysten oder Reye-Syndrom eingeordnet. Dies verdeutlicht die Tatsache, daß es sich beim Chronischen Fatigue-Syndrom um eine körperliche Erkrankung handelt und nicht – wie viele immer noch meinen – um „rein psychisch bedingte“ oder „eingebildete“ Symptome.

**Das Chronische Erschöpfungssyndrom ist eine schwere, meist extrem belastende Erkrankung des Nervensystems bzw. des Gehirns, die international als organische Krankheit anerkannt ist.**

In der Medizin gibt es bereits seit mehr als 100 Jahren Berichte über krankhafte Störungen, die heute dem Chronischen Erschöpfungssyndrom bzw. Chronischen Müdigkeits-Syndrom zugeordnet würden. Auch heute noch ist die Diagnose eines CFS nicht einfach. Bei Verdacht auf ein Chronisches Erschöpfungssyndrom muß eine Reihe anderer Erkrankungen ausgeschlossen werden, die ebenfalls die extreme Müdigkeit und Abgeschlagenheit bewirken können.

Leitsymptom aller Fatigue-Formen ist die extreme geistige und körperliche Erschöpfung, Müdigkeit und Abgeschlagenheit. Beim Chronischen Erschöpfungssyndrom können die Beschwerden dauerhaft bestehen oder intermittierend (in Schüben) auftreten. Anders als zum Beispiel bei der tumorbedingten Fatigue (extreme Erschöpfung im Zusammenhang mit Krebs-Erkrankungen) kommen beim CFS jedoch typische Nebenkriterien hinzu, wie Einschränkungen in Konzentration und Kurzzeitgedächtnis, Halsschmerzen, erhöhte Sensitivität der Hals- und Achsellymphknoten, Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen sowie eine mindestens 24 Stunden anhaltende Verschlechterung des Zustands nach Anstrengungen.

Der Beginn der Erkrankung ist plötzlich. Für die Diagnose „Chronisches Müdigkeits-Syndrom“ müssen die Beschwerden mindestens sechs Monate lang ohne erkennbare Besserungstendenz andauern. Ab Schweregrad VI (nach Bell) ist das berufliche und private Aktivitätsniveau entscheidend eingeschränkt. Im Grad IX und X kommt es zur Bettlägerigkeit und zur Unfähigkeit, sich selbst zu versorgen.

- Die Prävalenzrate (Häufigkeit zu einem bestimmten Zeitpunkt) in der Bevölkerung liegt bei mindestens 0,2–0,4 %, je nach Diagnose-Kriterien jedoch deutlich höher. Das bedeutet, daß allein in Deutschland weit über 300.000 Menschen vom Chronischen Fatigue-Syndrom betroffen sind.
- Die extreme Erschöpfung beginnt am häufigsten im Alter zwischen Anfang 20 und Mitte 40. CFS betrifft Frauen etwa doppelt so oft wie Männer.
- 25 % der Menschen mit der Diagnose CFS sind schwer betroffen, d. h. sie sind ans Haus und oft sogar ans Bett gefesselt.

## Quellen:

- Working Group on CFS/ME (Ed.): A report of the CFS/ME working group. Report to the Chief Medical Officer of an independent working group. British Department of health, UK online, 11.01.2002. [http://www.dh.gov.uk/en/Publicationsandstatistics/Publications/Publications-PolicyAndGuidance/DH\\_4064840](http://www.dh.gov.uk/en/Publicationsandstatistics/Publications/Publications-PolicyAndGuidance/DH_4064840) (Abrufdatum 29.11.2010)
- Pressemitteilung EMEA (European ME Alliance) vom 23.11.2008. <http://www.cfs-aktuell.de/emea.htm> (Abrufdatum 29.11.2010)