

Tipps vom Doc

## Wenn kaum noch was geht: chronische Fatigue

**Zur Schule gehen, ein bisschen Radfahren, Freunde treffen – alles viel zu anstrengend. So oder noch schlimmer kann es Menschen ergehen, die am chronischen Fatigue-Syndrom leiden, auch myalgische Enzephalopathie (ME) genannt. Ein schwieriges, sehr komplexes Krankheitsbild.**

Chronische Fatigue kommt bei Erwachsenen deutlich häufiger vor als bei Kindern und Jugendlichen, kann aber ab einem Alter von zehn bis elf Jahren auftreten. Man geht aktuell davon aus, dass es in Deutschland rund 30 000 bis 40 000 Kinder gibt, die betroffen sind, also wahrlich nicht nichts.

Was ist jetzt so schwierig und kompliziert an dieser Krankheit? Vor allem der Punkt, dass es nach wie vor keine wirklich klar greifbaren Diagnosekriterien gibt. Also keine Blutwerte, die die Krankheit belegen, keine Kernspintomografie- oder Röntgenbefunde, die sie zeigen können. Im Endeffekt handelt es sich um eine Diagnose, die dann zustande kommt, wenn ganz, ganz viel anderes ausgeschlossen wurde. Also Schilddrüsen-Erkrankungen, Infektionen, auch psychiatrische Erkrankungen wie Depressionen – all solche Dinge müssen ausgeschlossen sein und das Kind bzw. der/

die Jugendliche muss über mehr als drei Monate nachweislich eine deutlich erhöhte Müdigkeit und Erschöpfbarkeit aufweisen.

Im Praxisalltag – und da nehmen wir uns nicht aus – ist es leider manchmal so, dass diese Kinder viel zu schnell irgendwo anders einsortiert werden und man nicht auch an diese Diagnose denkt.

Die Behandlung ist komplex und schwierig. Sie sollte in spezialisierten Zentren oder Ambulanzen stattfinden und ist sehr, sehr langwierig.

Auch das Thema Ursache / Auslöser ist übrigens komplex. Eine genetische Prädisposition wird vermutet, ebenso ein Zusammenhang mit vorausgegangenen Viruserkrankungen. Auch andere Faktoren, z. B. emotionale Belastungen oder schwere Verletzungen könnten eine Rolle spielen. Abschließend geklärt ist / sind die Ursache/n nicht.

Wer tiefer ins Thema einsteigen möchte, sollte diese Übersichtsarbeit von Schweizer Kinderärztinnen und -kollegen lesen: <https://www.paediatricschweiz.ch/chronic-fatigue-syndrome-bei-kindern-und-jugendlichen-mehr-als-nur-muedigkeit/>