

Im Gegensatz zur Fatigue ist CFS (Chronic Fatigue Syndrome) eine eigenständige Erkrankung ohne erkennbare Ursache. Auch wenn sich der Name dieser Erkrankung mit Chronischem Erschöpfungssyndrom übersetzen lässt, bedeutet sie für die Betroffenen weit mehr als eine langanhaltende Ermüdung. Die Symptome und Beschwerden sind nicht nur zahlreich, sondern auch sehr belastend, häufig mit Folgen für das soziale und berufliche Umfeld der Erkrankten.

## Die Symptome eines CFS

Während die massiven Erschöpfungszustände (Fatigue) bei Krebspatienten und chronisch Kranken noch für die meisten Angehörigen und Kollegen der Betroffenen nachvollziehbar erscheinen, stoßen Menschen mit CFS oftmals auf Unverständnis, teilweise auch bei Ärzten. Die enorme Müdigkeit und Erschöpfung, die auch nach einer ausreichenden Schlafphase nicht abklingen und oft über Monate anhalten, scheinen keine organische Ursache zu haben. So kommt es, dass manche CFS-Patienten die Empfehlung erhalten, sich eher rein psychotherapeutisch behandeln zu lassen. In verschiedenen Fällen erfahren diese Patienten sogar Misstrauen im Berufsleben durch den Verdacht, dass sie sich diese Beschwerden bewusst oder unbewusst einbilden, ihre Krankheit also nur vorspielen.

So kommt es, dass in besonderen Fällen CFS-Erkrankte versuchen, ihrem Umfeld gegenüber die Beschwerden zu verbergen, da sie sich für ihren unerklärlichen Zustand schämen oder im Berufsleben nicht als „eingebildete Kranke“ erscheinen wollen. Dabei sind die Beschwerden eines CFS nicht nur vielschichtig, sondern auch massiv. Dazu gehören neben der zentralen Erschöpfung auch Muskelschmerzen, Halsschmerzen, Kopfschmerzen, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Depressionen, Ohrgeräusche, Schwindel, Fieber und ein allgemeiner Schwächezustand. Die Nähe zu verschiedenen Grippesymptomen scheint nicht zufällig zu sein, denn es sind verschiedene Fälle bekannt, in denen sich Patienten von einer schweren Grippe oder einer anderen Infektion nicht mehr vollständig erholten, sondern im Gegenteil die Beschwerden eines CFS entwickelten.

Um ein CFS von anderen Erschöpfungen zu unterscheiden, geht man von einer massiven Leistungsminderung aus, die mindestens über sechs Monate anhalten muss, bevor die Diagnose CFS getroffen werden kann. In den meisten Fällen tritt das Chronische Erschöpfungssyndrom unvermittelt und schlagartig auf und hält für viele Jahre an. Das Abklingen der Beschwerden kann ebenso plötzlich auftreten wie der Beginn der Erkrankung.

Auch wenn die Forschung von keiner lebensbedrohlichen Erkrankung im Fall von CFS ausgeht, obwohl ein entsprechender Todesfall aus Großbritannien berichtet wird, ist ein CFS eine sehr ernst zu nehmende Gesundheitsstörung, die leider immer noch, besonders im deutschsprachigen Raum, zu wenig Beachtung findet, zum Leidwesen der Patienten. Insbesondere in den Vereinigten Staaten wird CFS als eine der Krankheiten eingestuft, deren Erforschung oberste Priorität hat. Entsprechend hohe Forschungsgelder für CFS-Programme stehen in den USA zur Verfügung. Überträgt man die US-amerikanischen statistischen Werte über die Häufigkeit von CFS, so gibt es in Deutschland etwa 300.000 CFS-Erkrankungen, wahrscheinlich jedoch wesentlich mehr.

## **Welche Ursachen kann ein CFS haben?**

Gerade das scheinbare Fehlen einer Ursache macht ein CFS für die Betroffenen noch schlimmer, die zum Teil zahlreiche ärztliche Disziplinen konsultieren, ohne jedoch eine befriedigende Antwort für den Grund ihres Leidens zu bekommen. Die aktuelle Forschung kann noch keine eindeutige Antwort auf die Ursachenfrage geben, jedoch sind verschiedene Auslöser für ein CFS im Gespräch. Dazu gehören insbesondere chronische Infektionen, Umweltgifte, Erkrankungen des Immunsystems, langanhaltende Stressbelastungen, Hormonstörungen und starke psychische Belastungen. Eine besondere Rolle scheint in jedem Fall dem gestörten, chronisch aktivierten Immunsystem zuzukommen.

## **Die Rolle des Hormonsystems**

Dauerhafte körperliche, psychische oder toxische Belastungen des Organismus, wie sie als Ursachen eines CFS diskutiert werden, führen zu einer lang anhaltenden Abwehrreaktion des Körpers, zu einem anhaltenden Alarmzustand, der eine massive Störung des Hormonsystems nach sich ziehen kann. CRH (Corticotropin Releasing Hormone) wird in Folge der dauerhaften Belastungen in vermehrter Form durch den Hypothalamus ausgeschüttet. Möglicherweise werden dadurch die Hypophyse und die Nebennierenrinde, die durch CRH beeinflusst werden, mit der Zeit für diesen Botenstoff unempfindlich. Als Folge findet sich bei CFS-Patienten ein erniedrigter Morgenwert bei Cortisol, ein gestörter Cortisol-Tagesverlauf, ein erniedrigter Wert bei ACTH (Adrenocorticotropes Hormon) sowie ein Mangel an Noradrenalin, Dopamin, Serotonin und PEA.

Zwillingsuntersuchungen legen die Vermutung nahe, dass auch genetische Faktoren die Entwicklung eines Chronischen Erschöpfungssyndroms begünstigen (Disposition). Ebenso scheinen chronische Entzündungszustände sowie Zellschädigungen (oxidativer Stress) eine wichtige Rolle bei der Entstehung eines CFS zu spielen.

## **Empfohlene Testprofile von NeuroLab**

Im Rahmen seines umfangreichen Neurostress-Testprogramms empfiehlt NeuroLab auch spezielle Testprofile zur Untersuchung von Patienten, bei denen der Verdacht auf ein CFS besteht. Grundlegend ist das Testprofil NEUROSTRESS basis, bei dem die wichtigsten Indikatoren für eine auf Neurostress basierende Gesundheitsstörung untersucht werden. Dazu gehören der Morgenwert und der Tagesverlauf von Cortisol sowie die Konzentrationen von Serotonin, Noradrenalin, Dopamin und Adrenalin.

Zusätzlich finden Untersuchungen statt, die eine organisch bedingte Hormonstörung wie zum Beispiel eine Schilddrüsenfunktionsstörung ausschließen sollen. Auch die Messwerte der B-Vitamine, der Mineralien und die Funktion der Blut-Hirnschranke sowie der „Zellkraftwerke“ (Mitochondrien) gehören zum Testumfang. In einer weiteren Untersuchung sollen die häufigsten infektiösen Ursachen für CFS getestet werden, insbesondere unerkannte oder wieder auftretende EBV-/Herpesvirus-6-Infektionen müssen ausgeschlossen werden. Schließlich gelten die Tests bei NeuroLab der Prüfung der Immunfunktionen und der Entzündungsaktivitäten, um den Ursachen der CFS auf die Spur zu kommen.