



# CFS

## Chronisches Erschöpfungs- / Müdigkeitssyndrom

*Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient*

Das Chronische Erschöpfungssyndrom (**chronic fatigue syndrome = CFS**) ist eine **komplexe Erkrankung**, die sich vor allem in einer extremen Erschöpfung (Erschöpfbarkeit) äußert.

Bei diesem Erschöpfungszustand handelt es sich um eine **chronische oder wiederkehrende generalisierte Müdigkeit**, die über einen Zeitraum von mehreren Monaten anhält, sich durch Ruhe nicht bessert und die Lebensqualität erheblich einschränkt. Mitunter kann das CFS über Jahre hinweg andauern.

## Ursachen von CSF

Die genauen Ursachen und Krankheitsmechanismen des CFS sind bis heute nicht geklärt. Fachleute gehen davon aus, dass für die Erkrankung an CFS ein **Zusammen-spiel mehrerer Faktoren** vermutlich zwischen **Immun-system**, **Hormonsystem**, und **Nervensystem** maßgebend ist.

Diskutiert werden u.a. chronische Infekte, Immundefunktionen, Hormonstörungen, Schadstoffbelastungen, ernährungsbedingte Faktoren sowie Stress und psychische Belastungen.

Einige **auslösende Komponenten** können chronisch niedriger Blutdruck, Blutarmut (Anämie) oder eine versteckte Schilddrüsen-Unterfunktion sein.

Ein wesentlicher Faktor der Erkrankung ist offenbar eine **Schwächung bzw. chronische Aktivierung des Immun-systems**.

Oft sind **Mangelercheinungen** (z. B. Eisen, Spurenelemente, Vitamine) zu beobachten.

Auch Störungen des **Hormonsystems** oder **latente chronische Infektionen** (z. B. bei geschwächtem Immunsystem) können einen permanenten Erschöpfungszustand auslösen.

Die oben erwähnten psychischen und physischen Überlastungen bewirken häufig eine vermehrte Ausschüttung des **Stresshormons Cortisol**, wodurch die Funktion der Immunabwehr vermindert wird.

## Symptomatik von CSF

Leitsymptome sind eine über mehrere Monate bis Jahre **anhaltende extreme Erschöpfung** und ein starker Abfall der Leistungsfähigkeit in Kombination mit einem mehr oder weniger stark ausgeprägten Krankheitsgefühl.

Darüber hinaus ist das **Krankheitsbild vielgestaltig**.

Betroffene klagen häufig über  
Konzentrationschwäche,  
Gedächtnisstörungen,  
Schlafstörungen,  
Depressionen,  
Nachtschweiß,  
Muskelschwäche,  
Kopf-, Hals, Muskel- und Gelenkschmerzen.

Daneben können Nervenzuckungen, Kribbeln, Allergien, Ohrgeräusche, Schwindel, Benommenheit, Sehstörungen und Fieber bzw. Fiebergefühl auftreten.

Ob das ebenfalls durch einen Erschöpfungszustand gekennzeichnete „**Burn-out-Syndrom**“ in Zusammenhang mit CFS steht oder eine eigenständige Erkrankung ist, ist noch nicht abschließend geklärt.



## Diagnose

Ständige Erschöpfungszustände sollten durch eine ärztliche Untersuchung abgeklärt werden. Diese Symptome können nicht nur Ausdruck eines bestehenden CFS sein, sondern möglicherweise auch Hinweise auf eine Vielzahl von zugrunde liegenden organischen Erkrankungen, welche einer Therapie bedürfen (z. B. Anämie, Diabetes, Herz-, Lungen- oder Nierenleiden, Depression usw.).

Es gibt jedoch für das CFS bisher **keine beweisenden Labortests** oder objektivierenden Untersuchungen. **Die Diagnose stützt sich auf die Symptomatik und den Ausschluss anderer Krankheitsursachen** (Ausschlussdiagnose).

### **Ausschlusskriterien des CFS:**

- Autoimmunerkrankungen, Entzündungen,
- Stoffwechselerkrankungen oder andere chronische Erkrankungen,
- Infektionen: Hepatitis B oder C, Borreliose, HIV, Tuberkulose, u.a.
- Depression oder Schizophrenie.

Zur Diagnosestellung ist ein diagnostisches Basisprogramm durchzuführen, das neben der Anamnese und körperlichen Untersuchung sowie ggf. einem psychiatrischen Konsilium das Laborscreening umfasst.

## Laboruntersuchungen

Für die korrekte Diagnosestellung sind zahlreiche Differenzialdiagnosen zum **Ausschluss anderer Erkrankungen** erforderlich. Dementsprechend umfangreich sind die labordiagnostischen Möglichkeiten.

Es wird empfohlen eine Basisdiagnostik zum Ausschluss häufiger Ursachen (z.B. Anämie, hormonelle Störungen, Eisen-, Vitamin-, Spurenelemente-Mangel) vorzunehmen.

Basisuntersuchung	Material	
Großes Blutbild (E) BKS (E) Blutzucker GOT; GPT; $\gamma$ -GT (S) AP (S) Elektrolyte (S) Glukose (S) Gesamteiweiß (S) Calcium, Phosphat (S) Kreatinin (S) Harnsäure (S) Harnstoff (S) Urinstatus (U)	(E): (S): (U):	EDTA-Blut 3 ml Serum 2 ml Spontanurin (morgens) 10 ml
Ausschlussuntersuchung		
Schilddrüsenfunktion: FT3, FT4, TSH (S) „Stresshormon“: Cortisol (S) Eisenreserven: Ferritin (S) Spurenelemente: Zink, Selen (S) Vitaminmangel: Vitamin B12 (S) Folsäure (Folat) (S)		
ggf.: CK (S) CRP sensitiv (S)		

**Infekte als Ursache des CFS** können durch ein serologisches Screening auf Infektionserreger (Elisa IgG oder IFT sowie ggf. weitere Diagnostik) abgeklärt werden.

Eine Theorie ist, dass eine Infektion mit Viren oder Bakterien bei der Entstehung eine Rolle spielen könnte. Im Gespräch waren unter anderem bestimmte Herpesviren sowie das Epstein-Barr-Virus. Konkrete Hinweise auf einen einzelnen Erreger, der CFS auslöst, wurden bisher jedoch nicht gefunden.

<b>Verfahren</b>	<b>Material:</b> Serum 2 ml
<ul style="list-style-type: none"><li>- Epstein-Barr-Virus-Antikörper (-VCA IgG, -EBNA IgG)</li><li>- Candida albicans-Antigen</li><li>- Borrelien-Antikörper (IgG, IgM)</li><li>- Chlamydien</li><li>- Cytomegalie-Antikörper (IgG, IgM)</li><li>- Streptokokken</li><li>- Varizella-zoster-Virus</li><li>- Humanes Herpes Virus Typ 6, 7, 8 (HHV 6-8) (IgG, IgM)</li></ul> <p>In wissenschaftlichen Untersuchungen wird das humane Herpes Virus 6, 7, 8 mit dem CFS in Verbindung gebracht.</p> <p>Die Antikörperbestimmung auf HHV 6, 7, 8 welche eine Aussage über diese Infektion ermöglicht, ist jederzeit als Zusatzleistung durchführbar.</p>	



**siehe auch Info**

- Immunstatus
- Nahrungsmittelunverträglichkeit
- Orthomolekulare Medizin
- Oxidativer Stress
- Stress-Profil

# Therapie

Die Behandlung richtet sich in der Praxis in der Regel nach den Beschwerden, die im jeweiligen Einzelfall das Krankheitsbild prägen.

Je nach individueller Ausprägung können folgende Maßnahmen hilfreich sein:

- Ausgleich von Mangelzuständen
- Behandlung chronischer Infektionen
- Entgiftung / Vermeidung von Intoxikationen
- Ernährungsumstellung
- Physiotherapie
- Psychotherapeutische Unterstützung

## **IGeL ? oder GKV ?**

Bei "Befindensstörung" oder irgendeinem Befund des Patienten, der nach ärztlicher Einschätzung Krankheitswert haben könnte:

Untersuchungen → **GKV - Leistung**

Bei anderen Formen von "unklaren" Befindensstörungen → **IGeL**



## **IGeL: Individuelle GesundheitsLeistungen**

**Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL)** sind Leistungen, die nicht zum Leistungsumfang der **gesetzlichen Krankenversicherung (GKV)** gehören, dennoch vom Patienten nachgefragt werden, ärztlich empfehlenswert oder aufgrund des Patientenwunsches ärztlich vertretbar sind (z.B. **Präventionsleistungen**).

Neben den Leistungen, die generell von der Leistungspflicht der Krankenkassen ausgeschlossen sind, gibt es Leistungen, die zwar grundsätzlich vertragsärztliche Leistungen sind, die im konkreten Fall aber auf Wunsch des Patienten als privatärztliche Leistung erbracht werden.

Bei Inanspruchnahme dieser **Wunschleistungen** besteht kein Erstattungsanspruch gegenüber Ihrer Krankenkasse. Die Kosten dieser Behandlungen sind von Ihnen zu begleichen.

Die Berechnung erfolgt nach der gültigen amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

*Bei Fragen sprechen Sie uns bitte an.*

