



Leitfaden Patient*innenkommunikation

Fatigue-Syndrom oder Depression?

Das **chronische Fatigue-Syndrom (CFS)** ist die **dritthäufigste Begleiterkrankung** einer CED.¹ Auf den ersten Blick ähnelt seine Symptomatik derjenigen von Depressionen. **Drei wichtige Symptome** des CFS – **Erschöpfung, Schlafstörungen und Gedächtnisprobleme** – treten auch bei Depressionen häufig auf und Depressionen bei CFS. In über 80 % der Fälle wird ein bestehendes CFS nicht diagnostiziert. Dann lautet die häufig falsch gestellte Diagnose meist Depression.² Es gibt aber **einige abgrenzende Symptome**, die Sie als medizinische Fachkraft während der Patient*innenkommunikation abfragen und als relevante Information der*dem behandelnden Ärztin*Arzt weitergeben können.



Tipps für praktische Nachfragen zu Hinweisen auf CFS^{3,4}

- Hat die Erschöpfung plötzlich angefangen und ist eigentlich nicht erklärbar?
- Sind Sie **tagsüber übermüdet** und können nachts dennoch nicht schlafen? Ist Ihr Schlaf nicht erholsam?
- Haben Sie **vielfältige Schmerzen**, etwa Muskel-, Gelenk- bzw. neuartige Kopfschmerzen?
- Können Sie sich **schlecht konzentrieren** oder haben Sie Probleme mit dem Gedächtnis? Sind Sie **überempfindlich** gegen Licht oder Lärm?
- Haben Sie Herzklopfen, wird Ihnen leicht schwindlig oder sind Sie schnell kurzatmig?
- Haben Sie Probleme mit Hitze oder Kälte?
- Hat sich Ihr Gewicht verändert?
- Haben Sie häufiger **grippeähnliche Beschwerden** wie z. B. Halsschmerzen und Fieber?
- **Verstärken** sich die **Beschwerden** bereits nach **minimaler körperlicher oder geistiger Aktivität?** Beispielsweise nach einem kurzen Spaziergang? Hält diese Symptomverschlimmerung Stunden, Tage oder sogar Wochen nach der Aktivität an?
- Haben Sie ein starkes Bedürfnis aktiv zu sein, sind aber (körperlich) nicht in der Lage dazu?
- Werden die Beschwerden am Nachmittag schlimmer?

Quellen

- 1 Artom M et al. 13. Jahreskongress der European Crohn's and Colitis Organisation (ECCO), 14. - 17. Februar 2018, Wien/Österreich. Nurses oral presentations: NO001
- 2 Griffith JP, Zarrouf FA. Prim Care Companion J Clin Psychiatry 2008; 10(2): 120-128
- 3 <https://www.fatigatio.de/me/cfs/was-ist-me/cfs> (abgerufen am 25.03.2022)
- 4 https://s3534a7f03833c670.jimcontent.com/download/version/1602792185/module/10061416585/name/ME_CFS_Broschuere_05_2019%20Online%20Version.pdf (abgerufen am 25.03.2022)