

ME/CFS KEY FACTS

Myalgische Enzephalomyelitis/Chronisches Fatigue Syndrom



WAS IST ME/CFS?

- Myalgic Encephalomyelitis – Chronic Fatigue Syndrome (ME/CFS) ist eine **schwere, neuroimmunologische Multisystemerkrankung**
- Kann je nach Ausprägung zu einem **hohen Grad körperlicher Behinderung** bis hin zur Pflegebedürftigkeit führen
- Genaue Ursache nach wie vor unbekannt – zahlreiche **Studien zeigen biomedizinische Anomalien** verschiedener Körpersysteme (z.B. Immun-, Nerven-, Kreislaufsystem)

SYMPTOME

- Meist schwere, chronische **Erschöpfung und Schwäche**, pathologisch niedrige Erschöpfungsschwelle
- **Hauptsymptom: Post-Exertional Malaise (PEM) - Zustandsverschlechterung nach körperlicher oder mentaler Anstrengung**, die mehrere Tage oder Wochen anhalten kann. Selbst einfache Alltagsaktivitäten können überlasten und eine Verschlechterung bewirken
- **Nicht erholsamer Schlaf, Schlafstörungen**
- **Kognitive und neurologische Beeinträchtigungen**
- Orthostatische Intoleranz (Probleme in aufrechter Körperhaltung)
- Weitere Symptome: Dauerhaft **grippeähnliche Symptome, Muskel- und Gelenkschmerzen, Halsentzündungen**, Immunschwäche, gastrointestinale Beschwerden

PRÄVALENZ

- Internationale Prävalenzstudien: **0,3-0,9% Betroffene in der Gesamtbevölkerung**
- Österreich: Mindestens **26.000 Betroffene** aller Altersstufen und sozioökonomischen Gruppen
- Großteil Betroffener nicht diagnostiziert oder **häufig als psychisch erkrankt fehldiagnostiziert** (z.B. Depressionen, Burnout bzw. Somatoforme Störung)

SCHWERE DER KRANKHEIT & VERLAUF

- **Sehr schlechte Lebensqualität** - im Schnitt **schlechter als bei anderen chron. Erkrankungen**
- **25% der Betroffenen ans Haus oder Bett gebunden**, großer Teil nicht mehr arbeitsfähig
Mögliche Schweregrade: leicht bis sehr schwer betroffen
- Chronischer und nicht selten progressiver Verlauf – dauerhafte **Remissionen sind selten**

WICHTIGE HINWEISE

- **Körperliche Aktivierung** oder andere Belastungen können eine **gravierende Verschlechterung** der Symptomatik und des Krankheitsverlaufes bewirken - siehe **PEM**
 - Informationen zur Therapie: [Therapie und Behandlung](#)
 - Informationen zur Diagnose: [Diagnose & Diagnosekriterien](#)