

## Fatigue und Schmerzen: Daten aus dem Schweizer MS Register

Donnerstag, 28. April 2022

In der aktuellen Monatsgrafik werden die beiden beeinträchtigenden Symptome Fatigue und Schmerzen doppelt in den Vordergrund gerückt.

Wie häufig treten Fatigue und Schmerzen bei Teilnehmenden des MS Registers auf? Wie oft überlappen sich diese beiden Beschwerden gleichzeitig? Neben diesen wichtigen Fragen verdeutlicht die Analyse auch, dass Fatigue facettenreicher ist als auf den ersten Blick ersichtlich.

### Fatigue und Schmerzen: häufig und oft überlappend

Von den 735 zu Fatigue und Schmerzen befragten Personen gaben 73% an, im letzten halben Jahr Fatigue erlebt zu haben. Die Frage nach Schmerzen bejahten 47%. Beides, also Fatigue und Schmerzen erlebt zu haben, gaben 40% der Teilnehmenden an.

### Fatigue: ein facettenreiches Symptom

Genauer betrachtet, kann sich Fatigue in den folgenden drei Bereichen zeigen: 1) kognitiv, 2) physisch und 3) psychosozial. Die kognitive Fatigue kann sich in Konzentrationsstörungen und Gedächtnisproblemen äussern. Die physische Fatigue kann sich dagegen in einer erhöhten körperlichen Ermüdbarkeit, Schwäche, Kraftlosigkeit oder einem erhöhten Schlafbedürfnis bemerkbar machen. Bei der psychosozialen Fatigue sind Betroffene weniger motiviert oder fühlen sich eingeschränkt, an sozialen Aktivitäten teilzunehmen.

Da ein soziales Umfeld für das persönliche Wohlbefinden sehr wichtig sein kann, haben wir den psychosozialen Fatigue-Bereich in der aktuellen Monatsgrafik in den Vordergrund gerückt:

Der dunkle Bereich der Grafik stellt den Anteil von MS-Betroffenen mit hoher psychosozialer Fatigue dar, wenn gleichzeitig Schmerzen vorhanden waren oder eben nicht.

Sobald die Personen auch Schmerzen hatten (linker Kreis), war die Gruppe mit hoher psychosozialer Fatigue mit 77% deutlich stärker vertreten als mit 48% bei den Personen, die angaben, keine Schmerzen zu haben (rechter Kreis). Dasselbe Muster zeigte sich auch bei den kognitiven und körperlichen Fatigue-Bereichen: diese waren ebenfalls stärker ausgeprägt, wenn gleichzeitig Schmerzen vorhanden waren.

Zudem zeigte sich in einer weiteren Auswertung, dass Fatigue bei Personen mit einer längeren Krankheitsdauer, einem höheren Alter und einer progredienten MS Verlaufsform stärker ausgeprägt war. Dies widerspiegelte sich ebenfalls in allen drei Fatigue-Bereichen, wobei es bei der kognitiven Fatigue etwas schwächer zum Vorschein kam.

Diese MS Register Auswertungen ermöglichen einen vertieften Einblick in Fatigue und Schmerzen als zwei belastende Symptome. Sie zeigen, dass Fatigue und Schmerzen nicht nur häufig auftraten, sondern auch ganz oft überlappend waren. Wenn beide Symptome vorhanden waren, drückte sich dies sowohl auf kognitive-, körperliche-, wie auch auf psychosoziale Bereiche aus.

Gegen Einschränkungen durch die Fatigue kann einiges unternommen werden, weshalb es hilfreich sein kann, Fatigue und deren Auswirkungen mit einer Fachperson zu besprechen. Die Schweiz. MS-Gesellschaft bietet solche Gespräche für Betroffene und Angehörige an, das Beratungsteam steht Ihnen über die MS-Infoline kostenlos für telefonische oder persönliche Beratung zur Verfügung: [MS-Infoline](tel:0844674636) 0844 674 636 (Montag bis Freitag, von 9 - 13 Uhr).

## Weitere Informationen zu Fatigue

- [MS-Info «Fatigue»](#)

---

Schweiz. MS-Gesellschaft, Josefstrasse 129, Postfach, CH-8031 Zürich

Tel. 043 444 43 43 | [info@multiplesklerose.ch](mailto:info@multiplesklerose.ch) | [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch)