

Fatigue

Montag, 22. Dezember 2014

Eine der häufigsten Beschwerden im Zusammenhang mit der Multiplen Sklerose ist die Fatigue, einer speziellen Form der Müdigkeit. Die Betroffenen leiden unter einer abnormen Erschöpfbarkeit, welche sich sowohl auf die körperliche Energie als auch auf die mentale Leistungsfähigkeit auswirkt.

Viele MS-Betroffene leiden oftmals unter beidem: körperlicher Energielosigkeit und eingeschränkter mentaler Leistungsfähigkeit. Dementsprechend müssen die Betroffenen ihren Alltag durch die Fatigue bedingten Einschränkungen anpassen. Dies gilt sowohl für das Familien- als auch für das Berufsleben womit letztlich deutliche Veränderungen der Arbeitsabläufe sowie eine «Umorganisation» des Alltags verbunden sind.

Da die Fatigue somit wichtige, auch zwischenmenschliche Lebensbereiche berührt, wurde in einem Zyklus neben den Besonderheiten von MS-bedingter Fatigue und deren Auswirkungen auf das soziale Leben auch Informationen vermittelt, die das psychische Wohlbefinden und dessen Beeinträchtigung durch die Fatigue betreffen.

Gemeinsam mit der Ärztin Frau Dr. Sandra Kapitza führte Prof. Dr. Pasquale Calabrese an fünf Abenden durch ein Programm, bei welchem neben diesen Basisinformationen auch im Rahmen von Gruppenarbeiten Strategien zum Umgang mit der Fatigue erarbeitet wurden. Schliesslich wurden die Teilnehmer auch über verschiedene medizinische, psychologische und psychosoziale Therapiemöglichkeiten zum besseren Umgang sowie zur medikamentösen Behandlung der Fatigue vermittelt. Zudem hatten die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer in den durchgeführten Workshops mit Kleingruppen Gelegenheit, sich über individuelle Alltagserfahrungen auszutauschen, um somit ihre individuellen Strategien mit diesen beeinträchtigenden Symptomen zu erweitern.

[Präsentation der Veranstaltung «Fatigue»](#)

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

Tel. 043 444 43 43 | info@multiplesklerose.ch | www.multiplesklerose.ch