

## Fatigue ist ein häufiges Symptom bei Endometriose

**Datum:** 20.10.2020

**Original Titel:**

Fatigue - a symptom in endometriosis

**DGP - Die Studie zeigte, dass die Hälfte der Frauen mit Endometriose von Fatigue betroffen war. Fatigue kann den Alltag und die Lebensqualität stark beeinflussen. Bei der Behandlung der Endometriose sollte daher auch die Fatigue berücksichtigt werden.**

---

Die Fatigue beschreibt eine ungewöhnliche Müdigkeit und Erschöpfung, die bei chronischen Erkrankungen auftreten kann. Eine Studie aus der Schweiz, Deutschland und Österreich untersuchte jetzt Fatigue bei Endometriose.

### **Fatigue ist eine ungewöhnliche Erschöpfung und Müdigkeit**

Die Endometriose ist eine chronische Erkrankung, über deren Ursachen nur sehr wenig bekannt ist. Fatigue tritt bei vielen chronisch-entzündlichen Erkrankungen wie Rheuma oder Multipler Sklerose und vor allem bei Krebserkrankungen auf. Sie beschreibt eine körperliche und geistige Erschöpfung, die mit einer normalen Müdigkeit nicht vergleichbar ist und durch Schlaf nicht zu beheben ist. Sie äußert sich durch geringe Kraftreserven, ein erhöhtes Ruhebedürfnis, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafstörungen und Reizbarkeit. Der Alltag kann durch die Fatigue stark beeinflusst werden. Die genauen körperlichen Prozesse, die der Fatigue zugrunde liegen, sind unbekannt.

### **Die Hälfte der Patientinnen mit Endometriose leidet an Fatigue**

Die Wissenschaftler untersuchten 560 Frauen mit Endometriose und 560 Frauen zur Kontrolle zwischen den Jahren 2010 und 2016. Bei etwa der Hälfte der Endometriose-Patientinnen wurde eine Fatigue festgestellt, aber nur bei etwa 22 % der Patientinnen der [Kontrollgruppe](#). Die Fatigue war mit Schlafstörungen, Depressionen, Schmerzen und Stress am Arbeitsplatz verbunden. Das Alter, die Zeit, die seit der ersten Diagnose vergangen war und das [Krankheitsstadium](#) hatten keinen Einfluss auf die Fatigue.

Die Studie zeigte, dass die Hälfte der Frauen mit Endometriose von Fatigue betroffen war. Fatigue kann den Alltag und die Lebensqualität stark beeinflussen. Bei der Behandlung der Endometriose sollte daher auch die Fatigue berücksichtigt werden. Eine Behandlung mit Medikamenten ist möglich, aber häufig unbefriedigend. Viele Patienten berichten, dass Sport und Bewegung die Fatigue lindern. Auch Entspannung und Achtsamkeitsübungen können die Lebensqualität steigern.

**Referenzen:**

Ramin-Wright A, Kohl Schwartz AS, Geraedts K, et al. Fatigue - a symptom in endometriosis. *Hum Reprod*. June 2018. doi:10.1093/humrep/dey115

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“