

PERSPEKTIVEN FÜR MENSCHEN MIT MS

Prof. Dr. phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner

Klinik für Neurologie und universitäre Neurorehabilitation, Inselspital, Universitätsspital Bern, Schweiz & COGITO Zentrum Düsseldorf, Deutschland

Fatigue und MS

Fatigue zählt neben Depression, Angst und kognitiven Veränderungen zu den sogenannten „verborgenen Symptomen“ der Multiplen Sklerose, obgleich sie mit einer Auftretenshäufigkeit von 75-95% sehr eklatant und augenscheinlich ist. Sie rangiert damit auf einem vergleichbar hohen Auftretensniveau mit Blasenstörungen, Spastik und Sexualstörungen und stellt somit eines der wesentlichsten Symptome der MS dar.

In der neurologischen Routinekonsultation spielt die Fatigue dennoch eine eher untergeordnete Rolle, da etablierte in der Neurologie verwendete Standardmessinstrumente wie der EDSS die Fatigue nicht hinreichend abbilden und man zusätzliche Fragebögen/Untersuchungen durchführen müsste, um die Fatigue zu quantifizieren und annähernd zu objektivieren.

Die Ursachen der Fatigue sind bislang nicht abschließend geklärt, obwohl anzunehmen ist, dass die Inflammation zunächst bei der Entstehung und hirnstrukturelle Veränderungen letztlich für das Überdauern des Symptoms eine entscheidende Rolle spielen. Der Leidensdruck betroffener Patient*Innen ist sehr groß, da Fatigue negative Auswirkungen auf Lebensqualität sowie berufliches und soziales Umfeld hat. Die Diagnostik stellt hohe Anforderungen an den Untersucher, da andere Faktoren (wie Eisenmangel, Schlafstörungen, Depression, u.a.) mit bedacht werden und als ursächlich ausgeschlossen werden müssen. Zur Behandlung stehen wenig potente pharmakotherapeutische Möglichkeiten zur Verfügung. Nichtpharmakologische Ansätze wie Ausdauersport, Meditation, Kältebäder, Entspannungstechniken, Yoga u.a. haben bislang die beste Evidenz gezeigt. Über neuroedukative Konzepte könnte es in Zukunft gelingen, Betroffenen die Hintergründe der Symptomatik näher zu bringen, Ihnen Möglichkeiten des besseren Umgangs aufzuzeigen und damit die Selbstwirksamkeit zu steigern.

Take Home Messages

- Fatigue zählt zu den am häufigsten auftretenden Symptomen der Multiplen Sklerose.
- Die Diagnostik der Fatigue ist nicht einfach und erfordert das Einbeziehen vieler anderer krankheitsbegleitender Faktoren.
- Patienten können mit nicht-pharmakologischen therapeutischen Ansätze selbst sehr viel zur Linderung der Symptome beitragen.

Prof. Dr. phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner
Leitung Universitäre Neuropsychologie
Klinik für Neurologie und universitäre Neurorehabilitation,
Inselspital, Universitätsspital Bern, Schweiz &
COGITO Zentrum Düsseldorf, Deutschland
0160 7406372
ik.penner@cogito-center.com

