

Kalenderwoche 17/2019 - Asthma - Fatigue

Fatigue bei Asthma

Manche Symptome und Beschwerden von chronischen Erkrankungen sind unsichtbar und schwer zu fassen. Bei Asthma kann es zu einer Art der chronischen Erschöpfung kommen, der Fatigue. Mediziner verstehen darunter eine erhöhte Erschöpfbarkeit von Körper, Geist und Seele.

Von der Erschöpfung im Superheldenumhang

Fatigue scheint sich durch therapeutische Unterstützung, Bewegung und manchmal auch Medikamente behandeln zu lassen. Dass der Umgang mit der Fatigue für Betroffene eine wichtige Rolle spielen kann und ein Umdenken, eine Art persönliche positive Neubewertung der Fatigue ein lohnenswerter Ansatz sein kann, um weitere Folgen der Fatigue zu mildern, zeigt eine aktuelle Studie.

Lebensqualität ist ein wichtiger Punkt

Die Untersuchung zur Fatigue zeigt auch, dass die Lebensqualität neben der eigentlichen Diagnose und Behandlung eine wichtige Rolle spielt - auch um besser mit der eigenen Erkrankung umzugehen. Forscher untersuchen daher immer wieder auch verschiedene alternative und ergänzende Therapien, die mehr Lebensqualität versprechen. Akupunktur zusätzlich zur Standardbehandlung kann so etwas sein, zeigen die Ergebnisse deutscher und schweizer Forscher.

Hier die Studien im Detail:

- [Umgang mit schwerer Erschöpfung: Besser umdenken statt unterdrücken](#)
- [Akupunktur verbessert die Lebensqualität von Asthma-Patienten](#)