

Thema der Woche: Erschöpfende Fatigue

Erschöpfende Fatigue

Was verursacht eigentlich eine Fatigue? In einer medizinischen Befragung nach Symptomen des Restless-Legs-Syndrom, Depression und Fibromyalgie zeigte sich eine Häufung dieser Erkrankungen bei Patienten mit Migräne. Diese Überschneidungen zwischen verschiedenen Erkrankungen bietet einen Einblick in die diversen möglichen Ursachen der starken Erschöpfung bei Migränepatienten. Interessanterweise liegt bei den drei möglichen Begleiterkrankungen der Migräne eine mögliche Ursache im Dopamin-Haushalt der Patienten, die in der Form bei Migräne bisher kein großes Thema war. Allerdings ist allen diesen Erkrankungen auch gemeinsam, dass sie nur kaum verstanden sind. Teils bietet sich aber mit dieser Untersuchung die Chance, manche Auslöser der Erschöpfung bei einer teils behandelbaren Erkrankung zu sehen und nicht nur bei der Migräne.

Ob ruhelose Beine, schmerzender Körper, depressive Symptome oder einfach nur Post- oder Prodrom der Migräne: manchmal hilft einfach nichts wirklich gegen die Fatigue und man muss sie annehmen, wie sie ist. Dabei kann ein Trick aus der Psychotherapie gut tun: Neubewerten und Umdenken, eventuell der Fatigue sogar ein Superhelden-Mäntelchen umhängen. Damit ist man zwar nicht weniger erschöpft, aber vielleicht lässt sich die Erschöpfung damit für eine Weile besser ertragen, berichteten Forscher in einer weiteren Studie.

Übrigens, oh Wunder, hilft Migränepatienten besonders, wenn sie [keine chronischen Kopfschmerzen](#) entwickeln. Das kann auch die Häufigkeit von Fatigue-Symptomen deutlich beeinflussen, wie alle Betroffenen mit Phasen häufigerer und seltenerer Migräneattacken wissen. Im Pressebericht dazu gibt es eine kleine Übersicht, was alles helfen kann, die Chronifizierung zu vermeiden. Die Details aus der Forschung dazu finden Sie natürlich weiterhin in unseren Studienberichten!

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Erschöpfung bei Migräne - was steckt dahinter? Spurensuche bei Depressionen, ruhelosen Beinen und Fibromyalgie](#)
- [Neubewertung und Umdenken zur Bewältigung der Fatigue: Erschöpfung im Superhelden-Umhang](#)