

Wenn Erschöpfung den Alltag bestimmt / Universitätsklinikum Bonn sucht Studienteilnehmende mit Fatigue

Extreme Erschöpfung, Konzentrationsprobleme und fehlende Energie: Für Menschen mit chronischer Fatigue können selbst alltägliche Aufgaben wie Einkaufen, Arbeiten oder Treffen mit Freunden zur großen Herausforderung werden. Schätzungen zufolge sind in Deutschland inzwischen rund 650.000 Menschen von ME/CFS oder chronischer Fatigue betroffen. Besonders durch Long COVID ist das Thema stärker in den öffentlichen Fokus gerückt. Das Universitätsklinikum Bonn (UKB) startet deshalb gemeinsam mit der Universität Bonn eine Studie, die untersucht, wie Apps Menschen mit chronischer Fatigue im Alltag helfen können.

„Chronische Fatigue wird häufig unterschätzt oder missverstanden, weil Müdigkeit etwas ist, das jede und jeder kennt. Für Betroffene kann die Erkrankung den Alltag jedoch massiv einschränken“, sagt Prof. Simone Dohle, Leiterin des Labors für Gesundheit- und Risikokommunikation im Institut für Hausarztmedizin des UKB. „Dabei hat chronische Fatigue wenig mit gewöhnlicher Erschöpfung zu tun.“

Mit der Studie möchten die Forschenden herausfinden, wie Apps Menschen mit chronischer Fatigue helfen können und welche Rolle dabei Faktoren wie Motivation, Selbstvertrauen und der Umgang mit der Erkrankung spielen.

„Digitale Angebote können Betroffene dabei unterstützen, ihre Symptome besser einzuordnen und ihren Alltag bewusster zu gestalten. Uns interessiert insbesondere, welche Faktoren dazu beitragen, dass solche Angebote tatsächlich hilfreich sind“, so Prof. Dohle, die auch Mitglied in dem Transdisziplinären Forschungsbereich (TRA) „Sustainable Futures“ ist.

Die Teilnehmenden erhalten Zugang zu einer App, die sie beim Umgang mit ihrer Erkrankung unterstützen soll. Dazu gehören unter anderem Informationen zur Erkrankung, Übungen für den Alltag sowie Möglichkeiten, Symptome und Belastungen zu dokumentieren. Ziel ist es, die eigenen Belastungsgrenzen besser einschätzen zu lernen und einen bewussteren Umgang mit der Erkrankung zu entwickeln.

Teilnehmen können Personen ab 18 Jahren mit diagnostizierter chronischer Fatigue beziehungsweise Fatigue im Zusammenhang mit Erkrankungen wie Long COVID, Multiple Sklerose oder Krebs. Voraussetzung sind gute Deutschkenntnisse. Die Teilnahme erfolgt vollständig online und von zuhause aus. Nach einer ersten Befragung erhalten Teilnehmende Zugang zur App. Nach sechs Wochen folgt eine weitere Befragung.

Interessierte können sich entweder über das

Kontaktformular: <https://www.medfak.uni-bonn.de/hrcl/de/studienteilnahme> oder per E-Mail: studienteilnahme.hrcl@ukbonn.de anmelden.