

Chronic Fatigue



Foto: privat

Prof. Dr. Michael Linden

Die Begriffe „Fatigue“ und „Burnout“ sind inzwischen eingedeutscht und wegen umfangreicher Darstellungen in den Medien, inzwischen jedermann bekannt. Wörtlich übersetzt heißt Fatigue nichts weiter als Müdigkeit und Burnout Ausgebranntsein. Es handelt sich um ubiquitäre und sehr unspezifische Symptome. Müdigkeit beginnt mit dem Aufstehen. Man denke nur an die vielen Menschen, die auf dem morgendlichen Weg zur Arbeit mit geschlossenen Augen im Bus sitzen. Kurz danach kommt die Mittagsmüdigkeit und dann die Müdigkeit zum Arbeitsende und schließlich zur Nacht. Erst recht werden viele am Arbeitsplatz von lähmender Müdigkeit erfasst, wenn Lustlosigkeit hinzukommt. Verstärkte Müdigkeit gibt es auch, wenn man zu spät ins Bett geht. Müdigkeit kann außerdem Ausdruck einer andauernden Schonung sein oder fehlender Anforderung. Im Urlaub beispielweise können die meisten Menschen stundenlang vor sich hindösen. Daneben gibt es Müdigkeit und Erschöpfung bei nahezu allen körperlichen oder psychischen Krankheiten. Oft ist Müdigkeit sogar das erste Symptom beispielsweise einer Krebserkrankung. Müdigkeit verlangt also eine sehr differenzierte Betrachtung und Behandlung.

Eine Grundregel ist, dass Müdigkeit und Erschöpfungsgefühle nicht durch Schonung, sondern durch dosierte Herausforderung behandelt werden müssen. Kardiologen haben in früheren Zeiten Herzinfarktpatientinnen und -patienten lange im Bett festgehalten, bis erkannt wurde, dass Menschen dadurch krank werden. Seitdem werden die Patientinnen und Patienten vom ersten Tag an aktiviert und auftrainiert. Und das, wie jeder vom Fitnessstraining weiß, erfordert Anstren-

**Müdigkeit und Erschöpfung
sollten nicht durch
Schonung, sondern durch
dosierte Herausforderung
behandelt werden**

gung. Das gilt auch für Müdigkeits- und Erschöpfungszustände. Dies steht den immer wieder zu hörenden Wünschen von Betroffenen oder auch Empfehlungen mancher Expertinnen und Experten entgegen, die meinen, dass Müdigkeit und Erschöpfung – sei es eine gesunde Form oder nach Herzinfarkt oder nach einer Viruserkrankung – durch Schonung und „Batterieaufladen“ zu behandeln sei. Dies ist eher sogar gefährlich. Müdigkeit wird dadurch zum Hinweisreiz, das man sich noch weiter schonen und zurückziehen muss und zugleich ist es für die Betroffenen angstausslösend. Selbstverständlich muss jedes Training, sei es körperlich oder mental, an das aktuelle Leistungsniveau angepasst sein.

Im vorliegenden Schwerpunktheft wird das komplexe Syndrom „Fatigue“ aus unterschiedlicher Perspektive behandelt. Der Beitrag von **Michael Linden** gibt eine Übersicht über die Differenzialdiagnostik. **Ingo Fitze** und **Martin Glos** stellen den Zusammenhang zwischen Schlaf und Müdigkeit dar, **Andreas Hillert** befasst sich mit dem Modebegriff Burnout, **Volker Köllner** et al. berichten über das aktuelle Thema Post-/Long-Covid und **Markus Bassler** gibt Hinweise auf die sozialmedizinische Einordnung von Müdigkeitssyndromen. Im Wissenschaftsteil stellen **Lilly Paulin Werk** und **Beate Muschalla** die unterschiedlichen Bedürfnisse von Beschäftigten mit gesunder und krankheitsbedingter Müdigkeit dar.

Ihr Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Michael Linden
Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Psychosomatik,
Charité Universitätsmedizin Berlin



Erstmals als HYBRID Veranstaltung!

Wählen Sie zwischen präsenter oder digitaler Teilnahme

Tagungsort: Frauenbad Heidelberg,
Bergheimer Str. 45, 69115 Heidelberg

35. Heidelberger Gespräch 2022 -

für gutachterlich tätige Ärzte, Psychologen und Pflegekräfte
sowie Juristen in den Bereichen Sozialmedizin und Sozialrecht

Montag, den 24. Oktober 2022, Dienstag, den 25. Oktober 2022

MONTAG, 24. Oktober 2022

Uhrzeit	Referenten / Vorträge
---------	-----------------------

Beginn Heidelberger Gespräch

12.00	■ Beginn der Tagung, Anmeldung
-------	--------------------------------

13.00 – 13.10	■ Einleitende Worte <i>Losch, E., Frankfurt/Main</i>
---------------	---

Long Covid / Post Covid – Probleme in der Begutachtung
Vorsitz: Moser, S., Halle/Schur, O., Celle

13.10 – 13.40	■ internistisch-pneumologische Fragestellung <i>Nowak, D., München</i>
---------------	---

13.40 – 14.10	■ neurologische Fragestellung <i>Janz, A., Gümlingen</i>
---------------	---

14.10 – 14.40	■ psychiatrische Fragestellung <i>Meyer-Lindenberg, A., Mannheim</i>
---------------	---

14.40 – 15.40	Diskussion
---------------	------------

15.40 – 16.10	PAUSE
---------------	-------

Vorsitz: Siebold, J.-O., Gelsenkirchen/Weber, A., Recklinghausen

16.10 – 16.40	■ Probleme in der Pflegeversicherung <i>Houdelet-Oertel, A., Essen und Federmeyer, K., Saarbrücken.</i>
---------------	--

16.40 – 17.10	■ Probleme in der Rentenversicherung <i>Sailer, M., Magdeburg</i>
---------------	--

17.10 – 17.40	■ Probleme in der Privatversicherung <i>Ostendorf, G.-M., Wiesbaden</i>
---------------	--

17.40 – 18.40	Diskussion
---------------	------------

Für Mediziner:

Die Fortbildung „Heidelberger Gespräch“ ist von der Landesärztekammer für den **24.10.22 mit 6 CME Punkten** und für den **25.10.22 mit 8 CME Punkten** anerkannt

Für Juristen:

Die Rechtsanwaltskammer Karlsruhe wurde von uns angefragt und sieht keine Bedenken, eine Fortbildungsbescheinigung gem. § 15 FAO für Teilnehmer des 35. Heidelberger Gesprächs nach Vorlage eines Teilnahmenachweises für Fachanwälte für Sozialrecht und Fachanwälte für Medizinrecht auszustellen.

Dazu erhalten Sie von uns eine Teilnahmebestätigung sowie das vollständige Tagungsprogramm mit Vorträgen und Uhrzeiten. Bitte beachten Sie, dass es sich dabei um die Empfehlung der Rechtsanwaltskammer Karlsruhe handelt. Die Entscheidung trifft die für Sie örtlich zuständige Rechtsanwaltskammer.

DIENSTAG, 25. Oktober 2022

Uhrzeit	Referenten / Vorträge
---------	-----------------------

Neue Formen der mündlichen Gerichtsverhandlung

Vorsitz: Krauß, J., Darmstadt/Schur, O., Celle

09.00 – 09.30	■ juristische Vorstellung <i>Müller, H., Darmstadt</i>
---------------	---

Neue Formen in der gutachterlichen Arbeit

Vorsitz: Schur, O., Celle/Thomann, K.-D., Frankfurt/M

09.30 – 10.00	■ Telemedizin in der Begutachtung <i>Weber, A., Recklinghausen</i>
---------------	---

10.00 – 10.30	■ anwaltliche Betrachtungen <i>Siebold, J.-O., Gelsenkirchen</i>
---------------	---

10.30 – 11.00	■ Erfahrungen der Begutachtung in der Pflegeversicherung in der Covid-19 Pandemie <i>Houdelet-Oertel, A., Essen und Federmeyer, K., Saarbrücken</i>
---------------	--

11.00 – 12.00	Diskussion
---------------	------------

12.00 – 12.30	PAUSE
---------------	-------

BK 4116 – Lungenkrebs durch Passivrauchen

Vorsitz: Köhler, Th., Bammmental/Weber, A., Recklinghausen

12.30 – 13.00	■ erste Erfahrungen zur Expositionsbeurteilung <i>Weigl, M., Mannheim</i>
---------------	--

13.00 – 13.30	■ ärztliche Beurteilung <i>Kühn, R., Mannheim</i>
---------------	--

13.30 – 14.00	Diskussion
---------------	------------

SGB XIV

Vorsitz: Krauß, J., Darmstadt/Schur, O., Celle

14.00 – 14.30	■ Ausblick auf die kommenden Veränderungen <i>Bittner, C., Darmstadt</i>
---------------	---

14.30 – 15.00	Diskussion
---------------	------------

15.00 – 16.00	■ Zusammenfassung der Tagung, abschließende Worte <i>Losch, E., Frankfurt/Main</i>
---------------	---

Anmeldung unter:

www.heidelberger-gespraech.de

