

Chronický únavový syndrom

(chronic fatigue syndrome, CFS, Myalgická encefalomyelitida)

Lenka Říhová
Eva Trávníčková

- onemocnění, jež se vyznačuje především chronickým pocitem hluboké únavy a vyčerpání
- postihuje 3% populace
- dnes je stabilně řazen mezi tzv. neurologická onemocnění.



Projevy

- Bolest v krku
- Zvýšená teplota
- Bolestivé místní uzliny
- Celková slabost svalů
- Bolesti svalů
- Bolesti hlavy
- Dlouhotrvající únava po námaze (cvičení, fyzicky náročnější práce,sex)
- Poruchy spánku
- Bolesti kloubů
- Neuropsychologické potíže (zmatenost, zapomětlivost, nesoustředěnost, deprese)
- Náhlý počátek (několik hodin či dnů)
- Onemocnění je však mnohem složitější a zahrnuje celou škálu dalších příznaků, které jsou odrazem centrálního zasažení.

Příčiny vzniku

- roli může sehrávat oslabená imunitní odpověď
- jednoznačné příčiny chronického únavového syndromu se dosud nepodařilo přesně určit, proto není možné formulovat zásady účinné prevence



Při hledání příčin chronického únavového syndromu se uvažuje o možném spojení s:

- viry, které jsou tzv. nezničitelné, a i když v latentní podobě, stále přežívají v lidském organismu
- depresí
- biochemickými a imunitními změnami
- cytokiny
- dědičností či nakažlivostí ???

Diagnostika

- důležitá je co nejpodrobnější anamnéza
- laboratorní vyšetření krve a moči
- vyšetření, která by mohla vyloučit jiná závažná onemocnění
- možnost psychických poruch, deprese
- pokud vše ostatní vyloučeno, obtíže jsou dlouhodobé (nad 6 měsíců), diagnostikuje se chronický únavový syndrom.

Terapie

- není k dispozici konkrétní lék
- první krok: návštěva praktického lékaře
- léčba jednotlivých nežádoucích příznaků onemocnění: léky proti alergiím, zánětům...
- změna dosavadního životního stylu
- Existuje také spousta vhodných doplňků stravy, které nejen posilují imunitní systém, harmonizují procesy v těle, ale i zvyšují energii.

Důsledky nemoci

- dopad nejen na zdraví, ale i na společenský, sociální, rodinný a partnerský život člověka
- nemocný, i když chodí do práce, není schopen zvládnout žádný společenský život.
- nedostatek energie: zanedbaná domácnost, vzhled, neschopnost plnit rodičovské či partnerské povinnosti, snížený zájem o sex a vztahy, apatie