

Spendenmöglichkeiten



Wir sind dankbar für jede Spende und andere Arten von Unterstützung!



Bankverbindung

Name: Lost Voices Stiftung
IBAN: DE46 2505 0180 0910 1426 10



paypal



betterplace



instagram



facebook



website



Hier sind auch detaillierte Quellenangaben zu unseren Flyern zu finden

© 2025 Lost Voices Stiftung. Alle Rechte vorbehalten.

6 neurologische Symptome



7 endokrinologische Symptome



8 immunologische Symptome



i Symptome von ME/CFS



ME/CFS umfasst viele Symptomgruppen:

- | | | | |
|---|-----------------|---|----------------------------|
| 1 | Kernsymptom | 5 | Autonome Symptome |
| 2 | Fatigue | 6 | Neurologische Symptome |
| 3 | Schlafstörungen | 7 | Endokrinologische Symptome |
| 4 | Schmerzen | 8 | Immunologische Symptome |

© 2025 Lost Voices Stiftung. Alle Rechte vorbehalten.



1 Kernsymptom



PEM

=Post Exertionelle Malaise

- häufig tritt Verschlechterung erst nach **12-48h** auf
- Ursache könnte eine **schlechte Sauerstoffversorgung der Muskulatur** und ein **defekter Energiestoffwechsel** sein

- **Leitsymptom** von ME/CFS
- starke **Verschlimmerung** der Symptomatik bei (sehr) geringer Anstrengung (z.B. Haare kämmen)
- Verschlechterung kann über Wochen und Monate andauern oder sogar einen permanent schlechteren Zustand verursachen

2 Fatigue

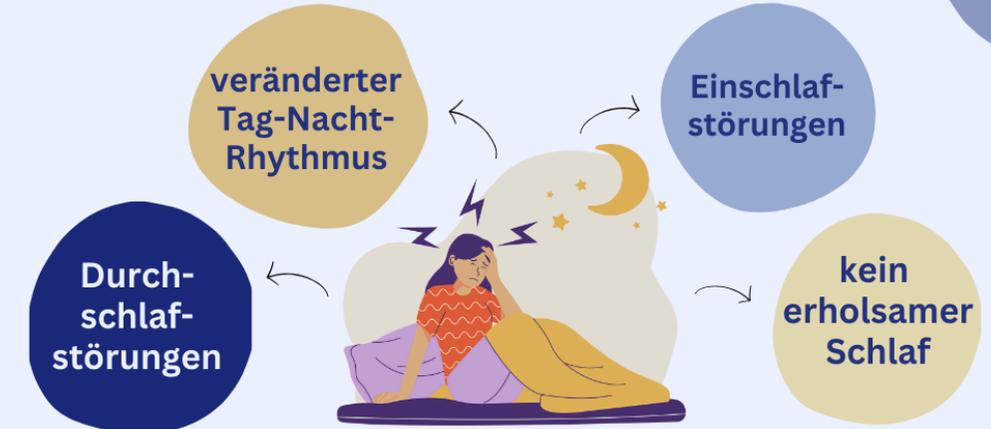


=krankhafte Erschöpfung

- nicht alle ME/CFS-Patienten haben Fatigue, aber sehr viele
- Fatigue hat **viele Facetten**:
 - geringe Energie → Alltag kann nur schwer bewältigt werden
 - **grippeähnliches** Gefühl
 - **(Muskel-)Schwäche** und schnelle Ermüdbarkeit
 - **kognitive Fatigue** u.v.a. Ausprägungen

- in besonders schwerwiegenden Fällen sind **jegliche Bewegungen** sowie **Sprechen und Essen** ein großer Kraftakt für die Betroffenen
- Fatigue tritt auch bei anderen chronischen Erkrankungen auf

3 Schlafstörungen



4 Schmerzen



5 autonome Symptome

