

ZESPÓŁ PRZEWLEKŁEGO ZMĘCZENIA

ZESPÓŁ PRZEWLEKŁEGO ZMĘCZENIA (CFS, Chronic Fatigue Syndrome) – cierpi na niego około 230 000 mieszkańców Wielkiej Brytanii oraz prawie 1 000 000 Amerykanów.

Chorobę odkryto już w latach 80. XX wieku, w Ameryce. Na to schorzenie najczęściej cierpią ludzie młodzi (od 20. do 40. roku życia), wykształceni, intensywnie pracujący, często po 12 godzin na dobę. Wśród pacjentów duży procent (prawie 70%) stanowią kobiety rasy białej, pracujące zawodowo, zajmujące się jednocześnie domem i wychowaniem dzieci. Jednak schorzenie może się pojawić w każdym wieku i dotyczyć każdej płci oraz rasy.

Od 1993 roku znajduje się na liście chorób cywilizacyjnych (wg WHO).

Wysiłek fizyczny, przeciążenie psychiczne oraz wyczerpująca praca skutkują zmęczeniem, które ustępuje po krótszym lub dłuższym odpoczynku.

Zmęczenie występuje także w przebiegu różnych schorzeń, np.:

- ➡ depresji
- ➡ anemii
- ➡ chorobach serca
- ➡ bezsenności
- ➡ niskiego ciśnienia tętniczego krwi
- ➡ nadciśnienia tętniczego krwi
- ➡ toczenia rumieniowatego
- ➡ infekcji ucha wewnętrznego
- ➡ zapalenia stawów
- ➡ chorobie Parkinsona
- ➡ stwardnienia rozsianego.



Powodem zmęczenia może być zbyt niskie lub zbyt wysokie ciśnienie krwi

Natomiast zespół przewlekłego zmęczenia to **choroba ogólnoustrojowa**, której istotą jest *przewlekłe zmęczenie*, występujące bez uchwytniej przyczyny, któremu towarzyszą dodatkowe objawy. Rozpoznanie zespołu może być postawione po wykluczeniu schorzeń cielesnych i psychiatrycznych, w przebiegu których pojawia się przewlekłe zmęczenie.

Zespół przewlekłego zmęczenia rozwija się najczęściej w wieku produkcyjnym i przeważa wśród kobiet.

OBJAWY

U niektórych osób choroba rozwija się powoli, lecz niekiedy początek jest nagły.

KRYTERIA PODSTAWOWE

- ➔ zmęczenie występujące przez ponad 6 miesięcy u osoby, która dotychczas nie cierpiała na podobne dolegliwości; zmęczenie to ma zwykle konkretny, łatwy do umieszczenia w czasie początek i powoduje zmniejszenie dziennej
- aktywności ruchowej, zarówno zawodowej, jak i społecznej, nawet o ponad 50%; zmęczenie to nie ustępuje pomimo odpoczynku i dostatecznej ilości snu
- ➔ wykluczenie innej choroby lub schorzenia (por. s. 14-16)

KRYTERIA DODATKOWE

mogące występować w różnych kombinacjach

- ➔ osłabienie i złe samopoczucie po wysiłku (trwające ponad 24 godziny)
- ➔ zobojętnienie
- ➔ obniżenie nastroju
- ➔ kłopoty z pamięcią
- ➔ trudności z koncentracją
- ➔ zaburzenia snu – sen nie przynosi wypoczynku, osoba budzi się zmęczona
- ➔ bóle mięśni
- ➔ bóle stawów
- ➔ bóle gardła
- ➔ ból brzucha, trudny do scharakteryzowania, pojawiający się zwykle godzinę po posiłku
- ➔ nowo pojawiające się bóle głowy
- ➔ nawracające uczucie zimna lub gorąca w kończynach
- ➔ migreny



Obszar bólu głowy w migrenie

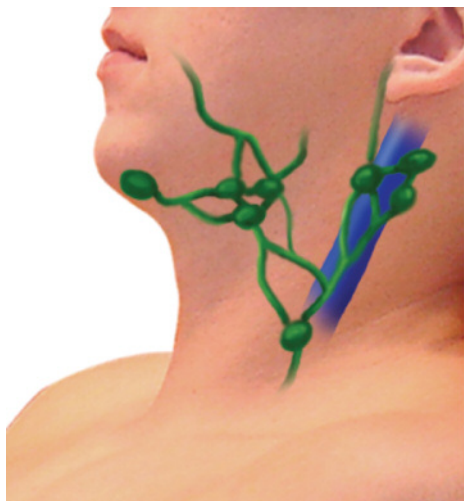
- nudności
- na przemian biegunki i zaparcia
- wzdęcia
- kołatanie serca
- nadwrażliwość na alkohol i leki
- spadki ciśnienia
- zasłabnięcia
- zawroty głowy
- nadmierna reakcja na hałas
- światłowstręt
- stany podgorączkowe
- zmiany masy ciała
- jadalowstręt
- nocne poty
- bolesne węzły chłonne
- tkliwość węzłów chłonnych, szczególnie szyjnych i pachowych.



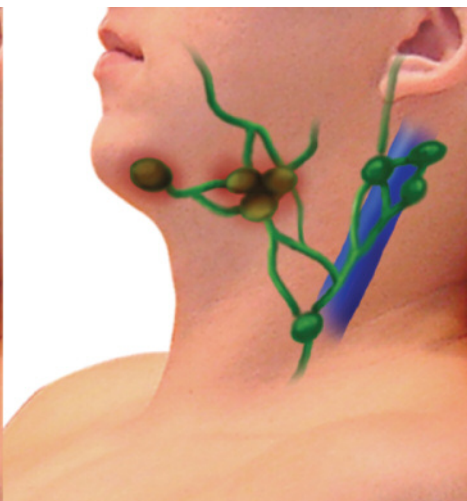
Zarówno nagły przyrost wagi, jak i jej spadek może sygnalizować chorobę i być niebezpieczny dla organizmu

Do stwierdzenia zespołu przewlekłego zmęczenia wystarczy obecność obu kryteriów podstawowych oraz co najmniej czterech kryteriów dodatkowych.

WĘZŁY NORMALNE



WĘZŁY POWIĘKSZONE



Węzły chłonne szyjne