

Anleitung Fatigueprotokoll

<http://www.ms-netz-hamburg.de/>

Stand 15.05.2007



MS-Betroffene leiden häufig unter z. T. stark die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität beeinträchtigender abnormer körperlicher und kognitiver Ermüdbarkeit. Die so genannte „Fatigue“, wird mittlerweile als das am häufigsten auftretende Symptom bei MS beschrieben. Sie betrifft im Krankheitsverlauf 75– 95% der Patienten, wird als deutlich verschieden vom normalen Erschöpfungsgefühl beschrieben, kann durch Wärmeeinfluss verstärkt auftreten und wird von 50 – 60% der Betroffenen als das schwerwiegendste Symptom mit starken Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität beklagt.

Die Feststellung, ob es sich bei den Beschwerden um Fatigue handelt und die Beurteilung der Schwere der MS-Fatigue stellt sowohl im neurologischen als auch im neuropsychologischen und psychotherapeutischen Bereich ein Problem dar, da man im klinischen Alltag bisher nur auf persönliche Angaben bzw. auf Selbstbeurteilungen in Fatigue-Selbstbeurteilungs-Skalen angewiesen ist.

Das hier verwendete Fatigue-Tagebuch soll Ihnen dabei helfen, Vorhandensein und Intensität des persönlichen Fatigue-Erlebens über den Tag zu überprüfen.

Anleitung zum Ausfüllen

Diese Selbstbeurteilungs-Skala kann einfach und ohne großen Zeitaufwand angewendet werden. Tragen Sie über den Tag hinweg das Ausmaß der persönlich erlebten Fatigue-Intensität auf der angegebenen Skala von 1 (niedrig) – 10 (hoch) ein. Körperliche Erschöpfung markieren Sie bitte mit rotem Stift, mentale (geistige) Erschöpfung bitte mit blauem Stift. In den letzten vier Zeilen können Sie die zu dem Zeitpunkt ausgeübte Tätigkeit, die Dauer derselben sowie den Ort benennen. Für die Notierung der aktuellen Außentemperatur ist auch eine Zeile vorgesehen, da viele MS-Betroffenen eine Steigerung der Fatigue unter Wärme-Einfluss erleben.