

Fatigue – ein unterschätztes Symptom?

Fatigue beschreibt eine tiefe Erschöpfung, die sich grundlegend von normaler Müdigkeit unterscheidet – sie lässt sich nicht durch Schlaf oder Ruhe beheben und hält dauerhaft an. Eine neue Studie zeigt, wie häufig das Symptom bei entzündlich-rheumatischen Erkrankungen auftritt.

Text: **DR. KATINKA ALBRECHT, KATJA THIELE**

Während Entzündungen an Gelenken, Sehnenansätzen und Organen heute oft gut mit antirheumatischen Medikamenten behandelt werden können, bleiben die Symptome einer Fatigue bei vielen Betroffenen hartnäckig bestehen. Die Behandlung der Fatigue bleibt daher eine besondere Herausforderung. Die chronische Erschöpfung kann zudem den Alltag und die berufliche Teilhabe stark beeinträchtigen.

Foto: iStock/fizkes

Neue Studie

Die Kerndokumentation der Rheumazentren ist eine seit 1993 laufende Langzeitbeobachtung. Einmal jährlich dokumentieren Betroffene sowie ihre Rheumatologinnen und Rheumatologen Angaben zum Gesundheitszustand, der Medikation und den Krankheitsfolgen – darunter auch Fatigue. Die Frage „Wie sehr haben Sie in den letzten sieben Tagen unter ungewöhnlicher Erschöpfung und Müdigkeit gelitten?“ kann auf einer Skala von 0 = gar nicht bis 10 = sehr stark beantwortet werden.

Derzeit nehmen circa 15.000 Patientinnen und Patienten aus 18 rheumatologischen Einrichtungen in Deutschland an der Kerndokumentation teil. Die Daten werden am Deutschen Rheuma-Forschungszentrum (DRFZ) gesammelt und ausgewertet.

Fatigue als Symptom

In einer aktuellen Studie wurden verschiedene rheumatische Erkrankungen über einen Zeitraum von 2007 bis 2023 ausgewertet. Ziel der Studie war es, die Entwicklung von Fatigue im Zusammenhang mit anderen Krankheitssymptomen darzustellen.

Folgende Fragestellungen sollten beantwortet werden: Wie häufig ist Fatigue? Welche Personen sind besonders häufig von Fatigue betroffen? Unterscheidet sich das Vorhandensein von Fatigue bei verschiedenen rheumatischen Diagnosen? Haben sich die Fatigue-Angaben mit den verbesserten Therapieoptionen über die Jahre hinweg verändert? Gibt es bei Betroffenen mit persistierender Fatigue bestimmte Merkmale, die häufiger auftreten als bei Personen, bei denen sich die Fatigue gebessert hat?

Häufige Nennung

Die Daten aus der Kerndokumentation zeigen, dass Fatigue ein unverändert häufiges Symptom ist – zwei von drei Personen kreuzten mindestens 3 oder schlechter auf der Skala an, jeder Vierte sogar 7 oder schlechter. Je nach Diagnose berichteten 47 bis 61 Prozent der Frauen und 35 bis 52 Prozent der Männer von Fatigue – Zahlen, die zeigen, dass Fatigue kein rein weibliches Symptom ist.

Die Trendauswertung der Fatigue aus den Jahren von 2007 bis 2023 zeigte, dass trotz deutlicher Verbesserungen von Krankheitsaktivität und der beruflichen Teilhabe die Fatigue-werte im Durchschnitt stabil blieben.

Eine Verlaufsanalyse über drei Folgejahre ergab bei 23 Prozent der Betroffenen eine anhaltend hohe Fatigue. Bei 24 Prozent der Befragten verschlechterte sich die Fatigue, bei 19 Prozent verbesserte sie sich. 35 Prozent berichteten von einer anhaltend geringen Fatigue. Emotionales Wohlbefinden, körperliche Funktionsfähigkeit, Bewältigungsstrategien und Schlafqualität zeigten stärkere Zusammenhänge mit den Fatigueverläufen als Entzündungsmarker.

Relevante Ergebnisse

Fatigue bleibt ein häufiges und oft schwer zu behandelndes Symptom rheumatischer Erkrankungen. Eine wirksame Behandlung erfordert neben der Kontrolle von Entzündungen auch Strategien zur Beförderung des emotionalen Wohlbefindens, der körperlichen Funktionsfähigkeit und zur Krankheitsbewältigung.

Dank an Teilnehmende

Wir bedanken uns bei allen Betroffenen, die durch ihre Teilnahme an der Kerndokumentation seit vielen Jahren vielfältige Auswertungen zur Gesundheitssituation Rheumabetroffener ermöglichen. Unser Dank geht auch an die rheumatologischen Einrichtungen, die mit sehr viel Engagement der Mitarbeitenden jedes Jahr die Durchführung der Studie gewährleisten.

Beitrag der Rheuma-Liga

Die Präsidentin der Deutschen Rheuma-Liga, Corinna Elling-Audersch, und Dieter Wiek vom Bundesverband in Bonn unterstützen die Kerndokumentation als Forschungspartner. Damit leistet die Rheuma-Liga einen unschätzbaren Beitrag, die partizipative Forschung weiter voranzubringen und die Perspektive der Betroffenen in die Erhebung und in die Auswertungen einzubringen. Als Wissenschaftlerinnen vom DRFZ freuen wir uns darüber sehr und bedanken uns bei der Rheuma-Liga für die seit Jahren immer weiter gewachsene und stets wertschätzende Zusammenarbeit!

Förderung der Forschung

Die Kerndokumentation wird durch die Arbeitsgemeinschaft der Regionalen Kooperativen Rheumazentren, die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie und Klinische Immunologie e. V. (DGRh) und die folgenden im Arbeitskreis korporativer Mitglieder der DGRh vertretenen Firmen: AbbVie, AstraZeneca, Galapagos, GSK, Medac, Pfizer und UCB über eine gemeinsame Zuwendung an die Rheumatologische Fortbildungsakademie GmbH finanziell unterstützt. Die Forschenden am DRFZ entscheiden unabhängig von der Förderung über Analysen und Veröffentlichungen.

DR. KATINKA ALBRECHT UND KATJA THIELE

Die Wissenschaftlerinnen im Programmbereich Epidemiologie und Versorgungsforschung am Deutschen Rheuma-Forschungszentrum Berlin betreuen seit Jahren gemeinsam mit der Leiterin Dr. Johanna Callhoff die Kerndokumentation.