



## ■ Chronische Müdigkeit

Viele Menschen haben heute Probleme mit den Belastungen des Alltags fertig zu werden – obwohl sie sich nicht ernsthaft krank fühlen.

Trotz normalem Lebenswandel ohne Alkoholexzesse, chronischem Schlafentzug oder besondere Spitzenbelastungen empfinden sie eine allgemeine Antriebsarmut, ständige Müdigkeit und Lustlosigkeit.

Oftmals kommt durch den Zwang, Alltagsverpflichtungen dennoch erledigen zu müssen (Beruf, Haushalt, Familie, Kinder), eine depressive Komponente hinzu.

In einer deutschen Bevölkerungsstudie gaben 31 % der über 16-Jährigen Befragten an, manchmal oder häufig unter „Erschöpfungs-Erscheinungen“ zu leiden. Frauen sind häufiger betroffen als Männer.

Wenn Sie für sich ausschließen können, dass Schlafmangel oder Überarbeitung nicht die Ursachen für Ihre ständige Müdigkeit sind, sollten Sie die Ursachen durch Ihren behandelnden Arzt aufdecken lassen.

### — Chronische Erschöpfungszustände können vielerlei Ursachen haben, wie z. B.:

- Mangel an Eisen, Spurenelementen, Vitaminen
- Störungen des Hormonsystems
- chronische Infektionen
- Stress, psychische und physische Überlastung

Neben Mangelerscheinungen (z. B. Eisen, Spurenelemente, Vitamine) können Störungen des Hormonsystems oder chronische Infektionen (z. B. bei geschwächtem Immunsystem) eine lang anhaltende Müdigkeit bewirken. Auch psychische Überlastung (Stress) kann zu chronischen Erschöpfungszuständen führen. Hierbei kommt es häufig zu einer vermehrten Ausschüttung des „Stresshormons“ Cortisol. Es vermindert u. a. die Funktion der Immunabwehr des Organismus und trägt so zu einer Immunschwäche bei.



— **Es wird empfohlen, zuerst eine Basisdiagnostik zum Ausschluss organischer Ursachen vorzunehmen.**

Untersucht wird:	Erfasst wird:
Großes Blutbild, CRP	Entzündungsparameter
TSH	Hormon, Schilddrüse
Cortisol	Hormon, Nebenniere
Ferritin	Speichereisen
Vitamin B 12, Folsäure	Vitamine
Magnesium, Selen, Zink	Spurenelemente, Immunsystem

Un

Sie erhalten diese Leistungen für:

■ Blutbild, großes	5,36 €
■ Ferritin	14,57 €
■ TSH	14,57 €
■ CRP	11,66 €
■ Cortisol	14,57 €
■ Vitamin B 12	14,57 €
■ Folsäure	14,57 €
■ Magnesium	2,33 €
■ Selen	23,90 €
■ Zink	5,25 €

Hinzu kommen die ärztlichen Gebühren für die Beratung/Befundinterpretation und die Blutentnahme.