

Chronisches Müdigkeitssyndrom: Neuere medizinisch-nutriologische Behandlungsstrategien

Von Melvyn R. Werbach, MD

Zusammenfassung:

Trotz intensiver internationaler Forschung konnte bislang keine Einzelursache für das "Chronische Müdigkeitssyndrom" (Chronic Fatigue Syndrome, CFS) ermittelt werden.

Es finden sich klare Anhaltspunkte dafür, dass neben anderen Faktoren auch eine Reihe marginaler Nährstoffmangelzustände ätiologisch von Bedeutung sind. Zu nennen wären hier vor allem B-Vitamine, Vitamin C, Magnesium, Natrium, Zink, L-Tryptophan, L-Carnitin, Coenzym Q10 und essentielle Fettsäuren. An all diesen Nutrienten kann bei CFS-Patienten eine Unterversorgung bestehen, die offenbar hauptsächlich eine Folge des Krankheitsprozesses ist und nicht auf mangelnder Zufuhr durch die Ernährung beruht. Vermutlich trägt diese Situation nicht nur zu den klinischen Manifestationen des Syndroms bei, sondern ist auch dem Heilungsprozess abträglich.

Deshalb sollten Mikronährstoff-Defizite nach Möglichkeit aufgedeckt und behoben werden, wobei nach Therapiebeginn eine Kontrolle des Behandlungserfolgs durch Laboruntersuchungen sinnvoll ist. Da ernste Nebenwirkungen kaum zu erwarten, marginale Mangelzustände aber nur schwer auszuschließen sind und der therapeutische Nutzen nutriologischer Maßnahmen zum Teil auf pharmakologischen Effekten beruht, sollte bei CFS-Patienten zumindest versuchsweise über einen längeren Zeitraum eine hochdosierte Supplementationsbehandlung mit den oben genannten Nutrienten in Erwägung gezogen werden. (Altern Med Rev 2000;5(2):93-108)