

Schlafstörungen und Müdigkeit bei der Fibromyalgie

Ein für die Leistungsfähigkeit nicht unerhebliches Problem stellt das Chronic-fatigue-Syndrom dar, was generell bei allen Fibromyalgie-Betroffenen erkennbar ist. Es handelt sich um die Fibromyalgie-typische Tagesmüdigkeit sowie die Erschöpfung, verbunden mit Konzentrationsverlust. Ursache für dieses Phänomen ist in den letzten Jahren durch Erkenntnisse der Schlafforschung bekannt geworden (Moldofski). So hat man festgestellt, dass Fibromyalgie-Betroffene nicht nur schmerzbedingte Defizite beim Nachtschlaf haben, vielmehr zeigen Untersuchungen in Schlaflabors bei solchen Betroffenen einen auffälligen Mangel an Tiefschlafphasen. Untersuchungen von Moldofski haben gezeigt, dass Betroffene mit verminderter Anzahl von Tiefschlafphasen typische Ausfallserscheinungen während des Tages aufweisen. Vergleichsuntersuchungen an gesunden Probanden, bei denen experimentell Tiefschlafphasen entzogen werden, zeigen nach wenigen Tagen die gleiche Symptomatik wie bei Fibromyalgie-Erkrankten: es kommt zu erheblicher Tagesmüdigkeit, zu auffälliger Erschöpfung, zu reaktiven Depressionen und Störungen der Merkfähigkeit. Die Notwendigkeit der meisten Fibromyalgie-Betroffenen, sich tagsüber ein- bis mehrmals hinlegen zu müssen, ist mit einer geregelten beruflichen Tätigkeit während des Tages kaum vereinbar.