

Inhaltsverzeichnis

1	Definition, Häufigkeit und klinisches Erscheinungsbild	1
	Joachim Weis und Markus Horneber	
1.1	Häufigkeit	3
1.2	Erscheinungsbild	8
	Literatur	12
2	Ätiologie und Pathogenese	17
	Markus Horneber und Joachim Weis	
2.1	Erklärungsansätze zur Entstehung pathologischer Formen von Fatigue	18
2.1.1	Kognitiv-behaviorale Modelle	19
2.1.2	Stress-Allostase-Modell	19
2.1.3	Metakognitives Modell	21
2.2	Erklärungsansätze zur Entstehung der tumorassoziierten Fatigue	21
2.2.1	Einflüsse der Tumorerkrankung und der Tumorthherapie	24
2.2.2	Genetische Einflussfaktoren	27
2.2.3	Psychosoziale Einflussfaktoren	29
2.2.4	Störungen in Regulationssystemen	31
	Literatur	34
3	Diagnostisches Vorgehen	47
	Joachim Weis, Markus Horneber und Stephanie Otto	
3.1	Screening	49
3.2	Diagnostik	50
3.2.1	Anamnese und klinische Untersuchungen	51
3.2.2	Kriterienbasierte Diagnosestellung	51
3.2.3	Psychometrische Verfahren zu Erfassung der Fatigue	55
3.3	Gezielte Diagnostik weiterer Einflussfaktoren	59
3.3.1	Psychische Einflussfaktoren	59
3.3.2	Schläfrigkeit und Schlafstörungen	61
3.3.3	Gebrechlichkeit	61
3.3.4	Sarkopenie	62
3.3.5	Körperliche Leistungsfähigkeit	63

3.3.6	Ernährungsstatus	64
3.3.7	Erfassung unerwünschter Arzneimittelwirkungen	65
3.3.8	Abgrenzung zum Chronischen Fatigue-Syndrom	65
3.4	Sozialmedizinische Begutachtung	67
	Literatur.	69
4	Prävention und Therapie	75
	Stephanie Otto, Markus Horneber und Joachim Weis	
4.1	Information und Beratung	77
4.2	Behandlung von Einflussfaktoren	79
4.2.1	Hypothyreose und Hypogonadismus	79
4.2.2	Anämie	80
4.2.3	Komorbiditäten	81
4.2.4	Schlafstörungen	82
4.2.5	Symptomcluster	83
4.3	Sport- und Bewegungstherapie	84
4.3.1	Wirkmechanismen von körperlichem Training	85
4.3.2	Wirkungen von körperlichem Training auf Fatigue	86
4.3.3	Evidenz der Wirksamkeit	88
4.3.4	Empfehlungen von Fachgesellschaften	90
4.3.5	Gegenanzeigen und Risiken	93
4.3.6	Barrieren für die Umsetzung	95
4.3.7	Vorschläge zur Überwindung der Barrieren	96
4.4	Psychosoziale Interventionen	98
4.4.1	Psychoedukative Interventionen	99
4.4.2	Kognitiv-behaviorale Interventionen	103
4.4.3	Weitere psychosoziale Interventionen	105
4.5	Mind-Body-Verfahren	105
4.5.1	Yoga	105
4.5.2	Tai-Chi/Qi-Gong	106
4.5.3	Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR)	107
4.6	Weitere nichtmedikamentöse Behandlungsansätze	108
4.6.1	Künstlerische Therapieansätze	108
4.6.2	Lichttherapie	109
4.6.3	Ernährungsbezogene Interventionen	110
4.6.4	Akupunktur und Akupressur	111
4.6.5	Massagetherapie	112
4.7	Medikamentöse Behandlungsansätze	112
4.7.1	Stimulanzien	113
4.7.2	Glucocorticoide	117
4.7.3	Pflanzliche Präparate	118
4.7.4	Weitere medikamentöse Behandlungsansätze	119
4.8	Multimodale Behandlungsansätze	121
	Literatur.	124

5 Versorgungssituation: Herausforderungen und Lösungsmöglichkeiten	145
Markus Horneber, Joachim Weis und Stephanie Otto	
5.1 Algorithmus für das diagnostische und therapeutische Vorgehen im Versorgungsalltag	145
5.2 Schwierigkeiten in der aktuellen Versorgungssituation	148
5.3 Schritte zur Verbesserung der Versorgung	151
Literatur	151
Stichwortverzeichnis	155