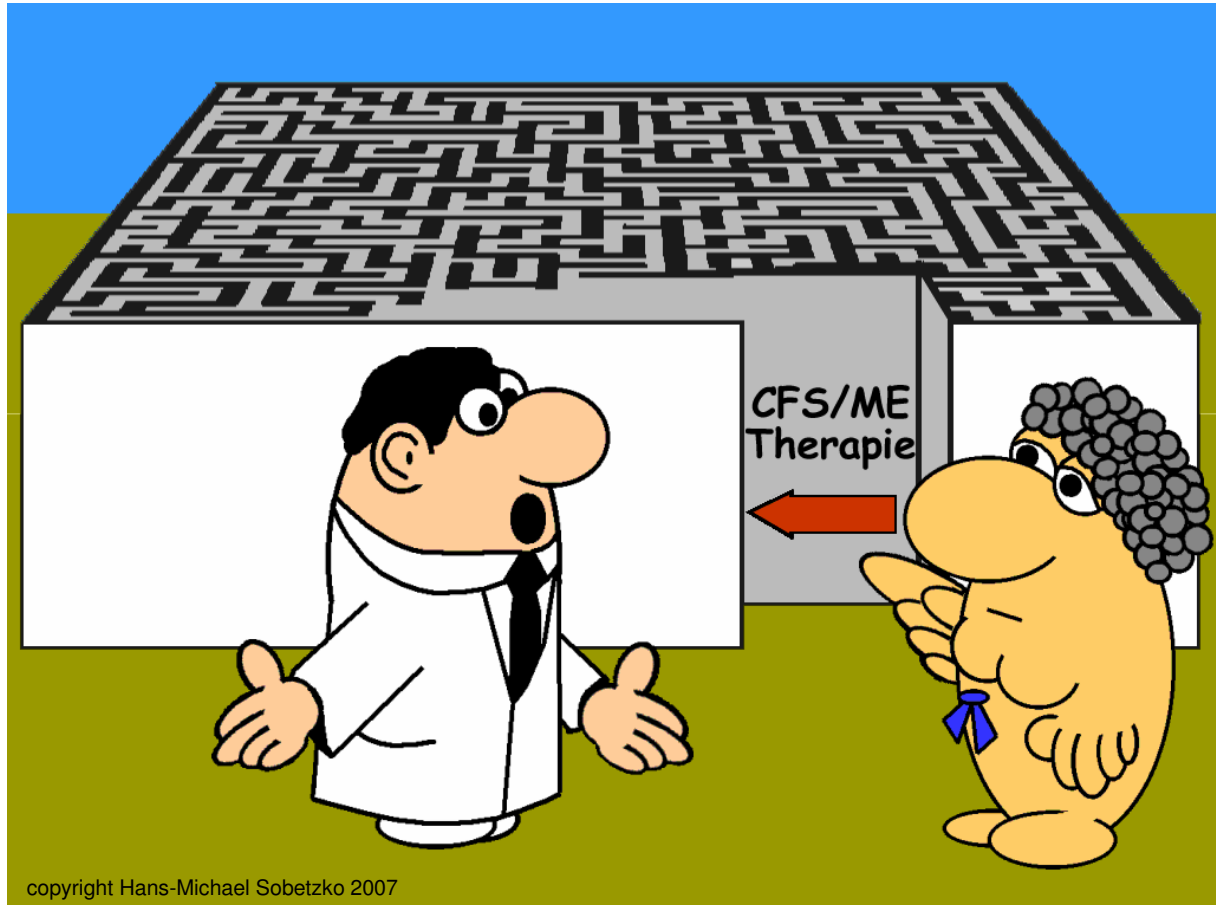


KALENDER 2008



Ja, die Behandlung ist sehr kompliziert. Aber mir fällt leider nichts Besseres ein.

CARTOONS ÜBER DAS LEBEN MIT CFS
VON HANS-MICHAEL SOBETZKO

virtuga

CHRONIC-FATIGUE-SYNDROM

Chronisches Erschöpfungssyndrom, CFS

„Das Schlimmste ist nicht, dass ich jeden Tag völlig erschöpft mit bleischweren Beinen aufwache oder dass mein Gedächtnis streikt und jeder Muskel in meinem Körper schmerzt. Das Schlimmste ist noch nicht einmal, dass jeder denkt, ich würde mir das alles nur einbilden. Das Schlimmste an CFS ist zu sehen, wie mein Leben an mir vorbeizieht.“



Quelle: „Missing my Life“ (CDC)

Mit diesen Worten beschreibt eine Patientin in einem landesweit ausgestrahlten Fernsehspot des US-amerikanischen Gesundheitsministeriums ihren Alltag mit CFS, dem Chronic-Fatigue-Syndrom. Der kurze Film ist Teil einer 4 Millionen Dollar teuren Kampagne zur Verbesserung der Akzeptanz des Krankheitsbildes.

Grundlage der Bemühungen um eine bessere Versorgung der Erkrankten ist ein langfristig angelegtes Forschungsprogramm, das in den USA von 2003 bis 2006 mit 23 Millionen Dollar gefördert wurde. Mediziner können die wichtigsten Ergebnisse und Empfehlungen im Internet nachlesen. Auf der Website der **Centers for Disease Control and Prevention (CDC)** in Atlanta/USA, www.cdc.gov/cfs finden sich folgende Aussagen:

- Da CFS eine „unsichtbare Krankheit“ ist, sehen Patienten oft nicht krank aus. Falsche Vorstellungen in der Öffentlichkeit, z.B. bei CFS sei „alles nur psychisch bedingt“, tragen zu einem sozialen Umfeld bei, in dem sich viele Erkrankte unverstanden und ausgegrenzt fühlen.
- Obgleich es keinen Labortest oder Marker zur Identifizierung des CFS gibt, existiert eine internationale Falldefinition, die einen zuverlässigen Diagnosealgorithmus bietet.
- Nach mehr als 3.000 Forschungsarbeiten gibt es ausreichende wissenschaftliche Belege dafür, dass CFS eine reale, physiologische Erkrankung ist. Es ist keine Form von Depression oder Hypochondrie. Bei CFS-Patienten wurde eine Reihe biologischer Abweichungen gefunden.
- CFS kann genauso behindernd sein kann wie Multiple Sklerose, Lupus Erythematodes, Rheumatoide Arthritis, Herzkrankheit, Niereninsuffizienz im Endstadium, Chronisch Obstruktive Lungenerkrankung (COPD) und ähnliche chronische Störungen.
- Bei weniger als 20% der Erkrankten wurde die Diagnose CFS auch gestellt.
- In Studien der CDC berichteten zwischen 40 und 60 Prozent der Menschen mit CFS von einer manchmal vollständigen, meist jedoch nur teilweisen Genesung. Einigen Patienten geht es kontinuierlich schlechter.

Leider ist die Lage in Deutschland nach wie vor durch die weitgehende Nichtbeachtung wissenschaftlich seriöser, evidenzbasierter CFS-Forschung und eine sachlich nicht nachvollziehbare Skepsis gegenüber den Aussagen der **CDC** gekennzeichnet. Das verhindert eine angemessene Betreuung der Erkrankten und verschärft ihre ohnehin angespannte soziale Situation zusätzlich.

Virtuga

Print- und Multimedia Verlag
Am Hafen 3
25348 Glückstadt

Copyright Hans-Michael Sobetzko 2007
alle Rechte vorbehalten

Anfragen per e-Mail an: cal2008@virtuga.com

Die nichtkommerzielle, persönliche Nutzung dieses Kalenders ist kostenfrei.
Verwendungen und/oder Reproduktionen, auch von Teilen, zu kommerziellen und/oder institutionellen Zwecken sowie die
Weiterverbreitung in Medien oder auf Web-Sites bedürfen der schriftlichen Zustimmung.



JANUAR



Diese Farbkomposition spiegelt meine Gefühle als CFS-Patientin wider. An guten Tagen mischt sich noch ein zartes Grau ins Bild.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.	29.	30.	31.			

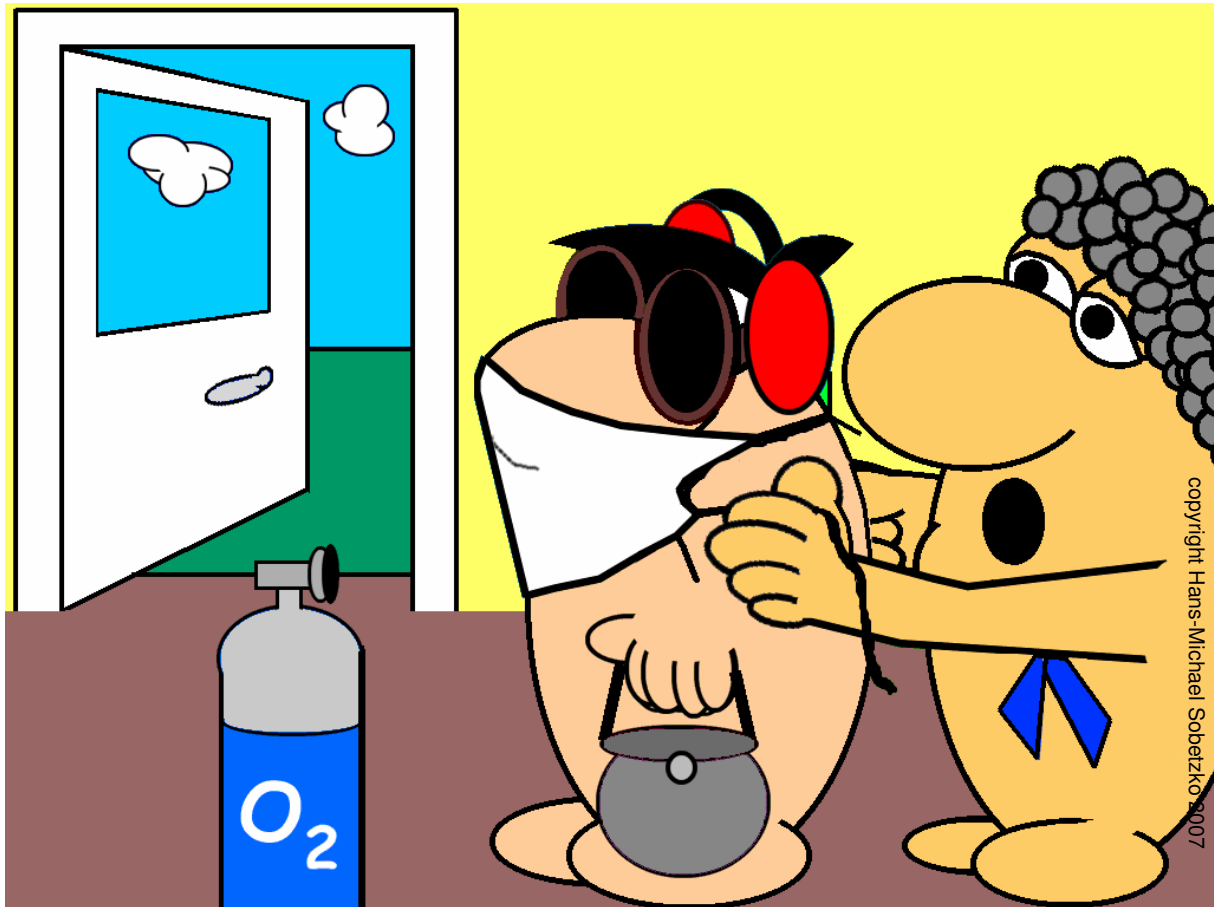
FEBRUAR



Irgendwie hatte Emmy das Gefühl, dass ihr Hausarzt die Schilderung ihrer Beschwerden nicht ganz ernst nahm.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				1.	2.	3.
4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.
18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.
25.	26.	27.	28.	29.		

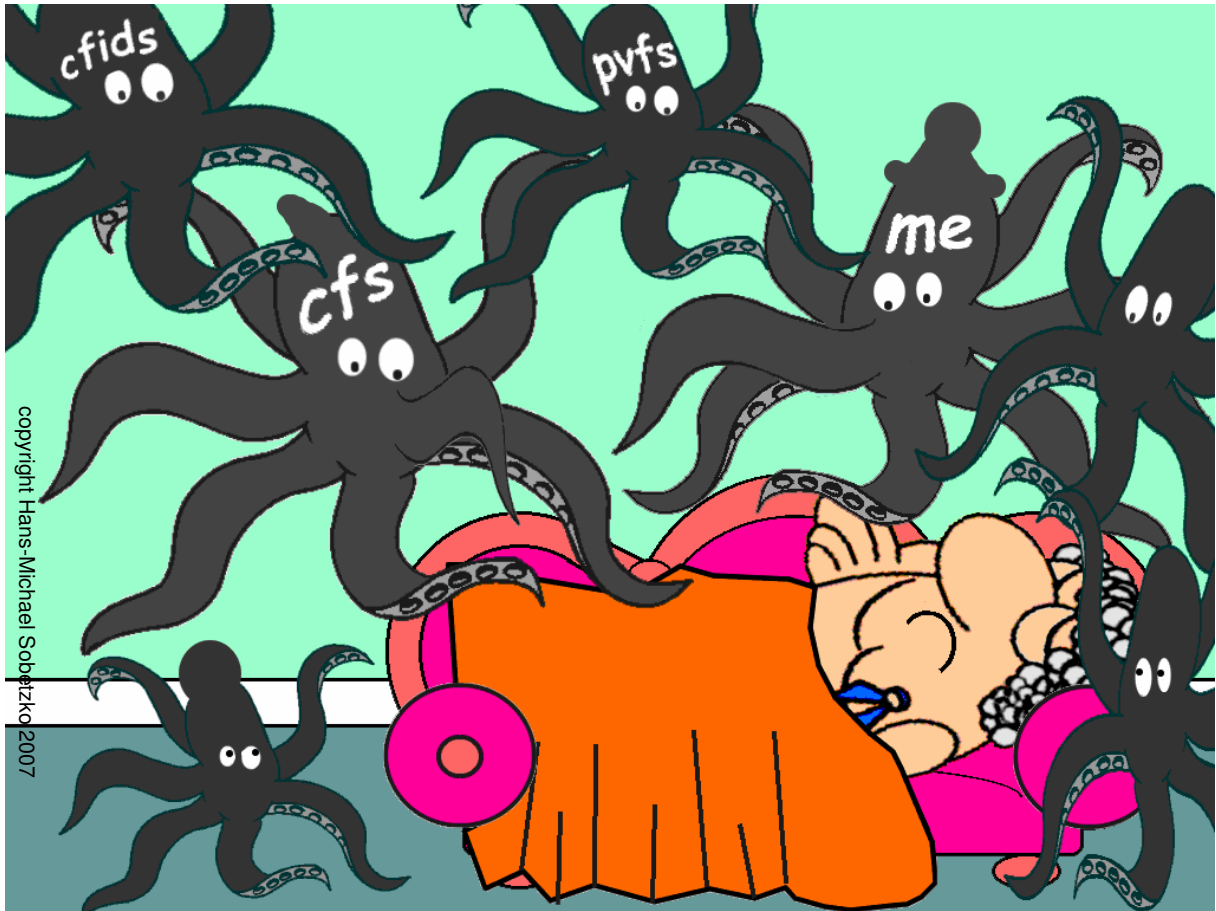
MÄRZ



Auch wenn Empfindlichkeiten und Erschöpfung heute besonders schlimm sind, solltest Du Deine Routine nicht unterbrechen und Brötchen holen gehen.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1.	2.
3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.						

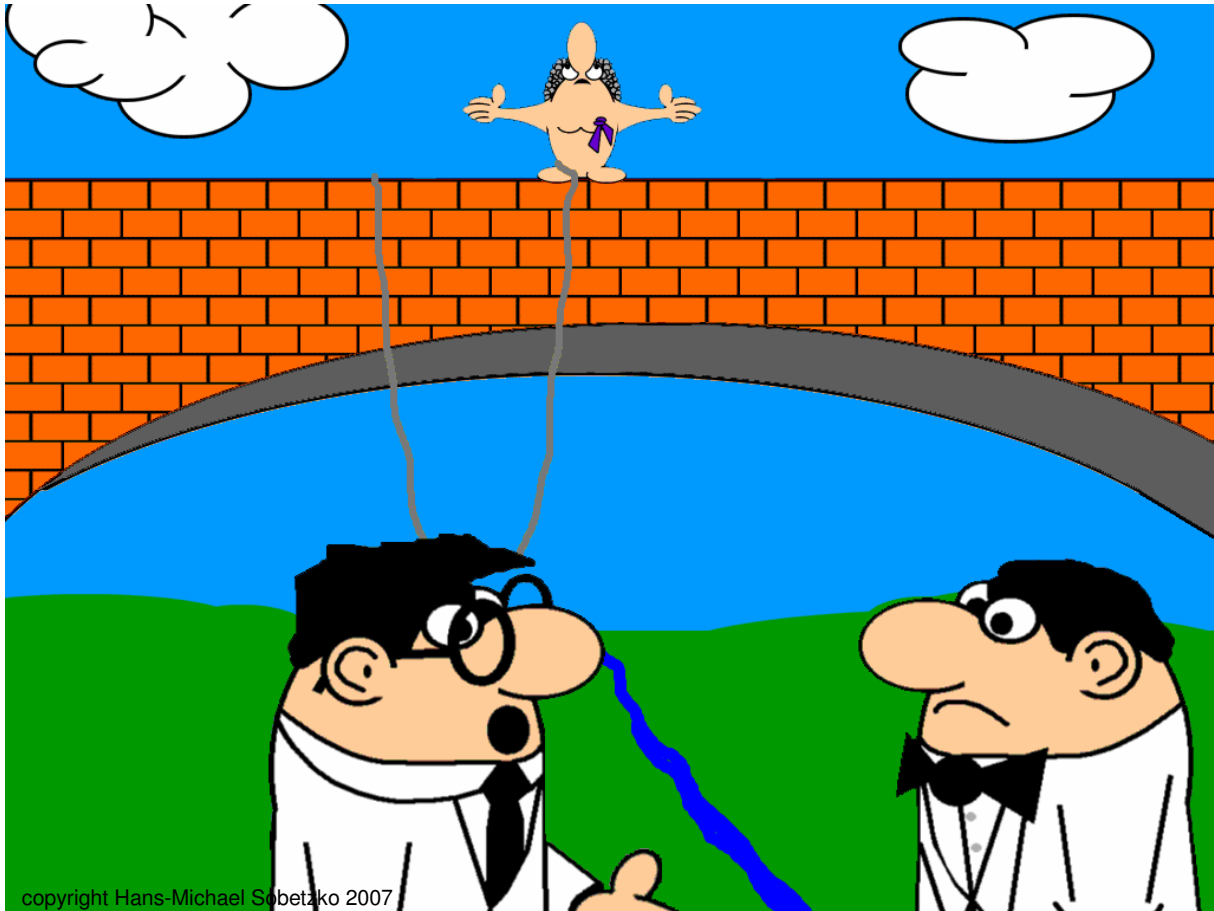
APRIL



Wenn Emmy mal schlafen konnte, tauchte oft dieser Albtraum auf.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.	29.	30.				

MAI



Warum sollte sie Angst haben? Bei CFS geht es nach einem großen Sprung doch auch lange auf und ab.

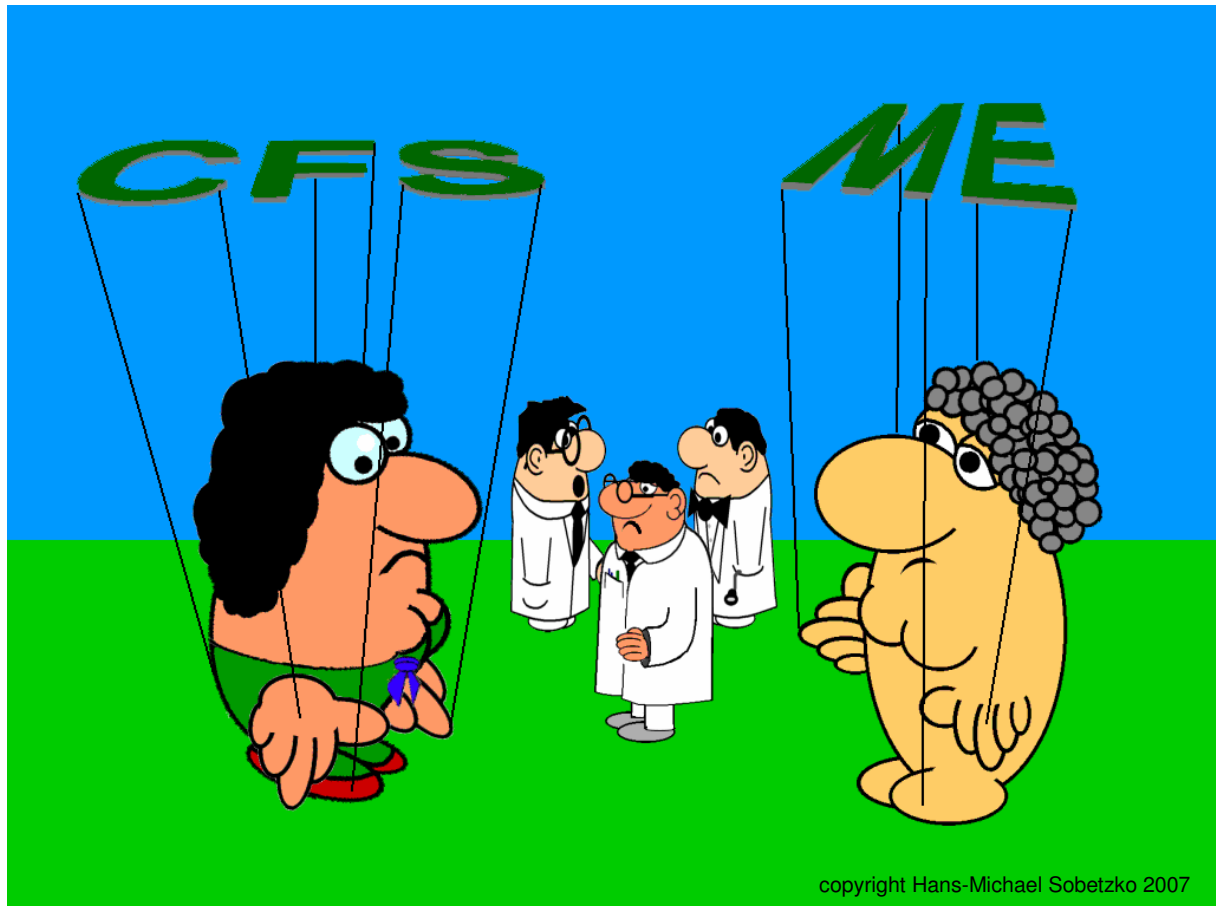
Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag Samstag Sonntag

			1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.
19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.
26.	27.	28.	29.	30.	31.	



= INTERNATIONALER CFS-TAG

JUNI



**Sie sagen, dass CFS/ME ihr Leben viel stärker bestimmt,
als es auf den ersten Blick scheint.**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1.
2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.
23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.
30.						

JULI



An schlechten Tagen möchte sie einfach nur in Ruhe gelassen werden.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.	29.	30.	31.			

AUGUST



Mein persönlicher Wetterbericht für heute: Ich gehe wie auf Wolken und mein Kopf ist ziemlich benebelt. Klare Sache, ein Tief ist im Anmarsch.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				1.	2.	3.
4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.
18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.
25.	26.	27.	28.	29.	30.	31.

SEPTEMBER



**Sie wollte mir damit wohl sagen, dass sie mit dem neuen
Behandlungsprogramm unzufrieden ist.**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.
22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.
29.	30.					

OKTOBER



Ehrlich, sie hat sich bei unserem heutigen Spaziergang ganz genau an das Trainingsprogramm ihres Hausarztes gehalten.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.
20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.
27.	28.	29.	30.	31.		

NOVEMBER



Das Seminar zur Selbsthilfe bei CFS/ME erscheint mir doch etwas sehr eigenwillig, auch wenn das große Engagement des Referenten außer Frage steht.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1.	2.
3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.

DEZEMBER

copyright Hans-Michael Sobetzko 2007



Wir müssen die Bescherung abbrechen. Ich glaube, Charly reagiert empfindlich auf Dein neues Bartwuchsmittel.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.
22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.
29.	30.	31.				

Internet

Informationen über CFS in englischer Sprache:

www.cdc.gov/cfs

Informationen über CFS in deutscher Sprache:

www.cfs-portal.de

www.cfs-aktuell.de

www.fatigatio.de