

KALENDER 2009



**Nein, er leidet nicht unter MCS. Dein neues
Parfum ist einfach nur umwerfend.**

MCS = Multiple Chemical Sensitivity (= Vielfache Chemikalienunverträglichkeit)

**CARTOONS ÜBER DAS LEBEN MIT CFS
VON HANS-MICHAEL SOBETZKO**

virtuga

CHRONIC-FATIGUE-SYNDROM

Chronisches Erschöpfungssyndrom, CFS

Vorwort

Auf der Website der Centers for Disease Control and Prevention (CDC) in Atlanta/ USA (Stand 11/2008) ist zu lesen, dass nach eigenen Untersuchungen und Studien anderer Institutionen zwischen 1 und 4 Millionen Amerikaner an CFS leiden. Bei unterschiedlichen Definitionsansätzen resultiert die große Spannweite der Zahlen vermutlich aus dem Ausschluss oder der Einbeziehung psychischer Störungen, bei denen ebenfalls häufig massive Erschöpfung und vielfältige körperliche Beschwerden auftreten. Überträgt man die Zahlen für eine vorläufige Abschätzung auf deutsche Verhältnisse, müssen wir hierzulande von etwa 240.000 bis zu etwa einer Million Menschen ausgehen, die mehr oder weniger ausgeprägt mit diesem Problem konfrontiert sind.

CFS-Patienten sind oft schwerwiegend eingeschränkt. Mindestens ein Viertel von ihnen ist auf Grund der Krankheit arbeitslos oder erwerbsunfähig. Auch andere Ergebnisse der US-Untersuchungen stimmen nachdenklich: Trotz des hohen Leidensdrucks hat nur etwa die Hälfte der CFS-Kranken einen Arzt konsultiert. Dabei besteht weitgehender Konsens darüber, dass die Genesungschancen umso größer sind, je früher ein Patient angemessene medizinische Hilfe erhält.

Keinesfalls sollte die Diagnose CFS vom Patienten selbst oder ohne die in den Leitlinien geforderten Abklärungsschritte gestellt werden. Etwa 40% der Menschen, die über Beschwerden klagten, die auch bei CFS vorkommen, litten an anderen, gezielt behandelbaren Gesundheitsstörungen, die erst bei der Ausschlussdiagnostik aufgedeckt wurden. Die Spanne der Diagnosen reichte von Zuckerkrankheit bis hin zu psychiatrischen Krankheiten.

CFS ist eine schwerwiegende Erkrankung mit weit reichenden Folgen für die Patienten und ihre Familien. Für Ärzte ist CFS eine immense diagnostische wie therapeutische Herausforderung. Ursachen und Mechanismen der Störung sind nach wie vor nicht vollständig geklärt und es gibt keinen eindeutigen Laborbefund zum sicheren CFS-Nachweis. Auffälligkeiten, die in der Fachliteratur immer wieder beschrieben werden, gehören meist nicht zur Routinediagnostik, treten oft in ungewohnten Konstellationen auf oder beziehen sich auf neue Untersuchungstechniken, die noch nicht im medizinischen Alltag etabliert sind. Eine für alle Erkrankten gleichermaßen wirksame Therapie ist nicht verfügbar.

Ein großer Teil der deutschen Ärzte stuft CFS nach wie vor als psychiatrische Störung ein. Entsprechende Fachempfehlungen (Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften, www.awmf.org, Stand 11/2008) wurden zuletzt vor mehr als sieben Jahren überarbeitet. Aktuelle Ergebnisse internationaler CFS-Forschung bleiben somit unberücksichtigt. In den USA dagegen wurden niedergelassene Mediziner kürzlich im Rahmen einer landesweiten Informationskampagne der CDC aufgefordert, von einer biologisch-organischen Basis des CFS auszugehen. Entscheidet somit die Nationalität darüber, ob ein Patient unter einer psychiatrischen oder organischen Störung leidet? In Zeiten evidenzbasierter Medizin könnte die Ausgangssituation insbesondere für die schwer an CFS erkrankten Menschen und ihre Betreuer kaum schwieriger sein.

Darf man in einer derart bedrückenden Lage über CFS lachen? Ja!

Es geht nicht darum, sich über leidende Menschen lustig zu machen, sondern darum, den oft ungewollt komischen Alltag mit seinen durch CFS absurd anmutenden Umständen humorvoll zu begleiten.

Virtuga

Print- und Multimedia Verlag
Am Hafen 3
25348 Glückstadt

Copyright Hans-Michael Sobetzko 2008
alle Rechte vorbehalten

Anfragen per e-Mail an: cal2009@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.



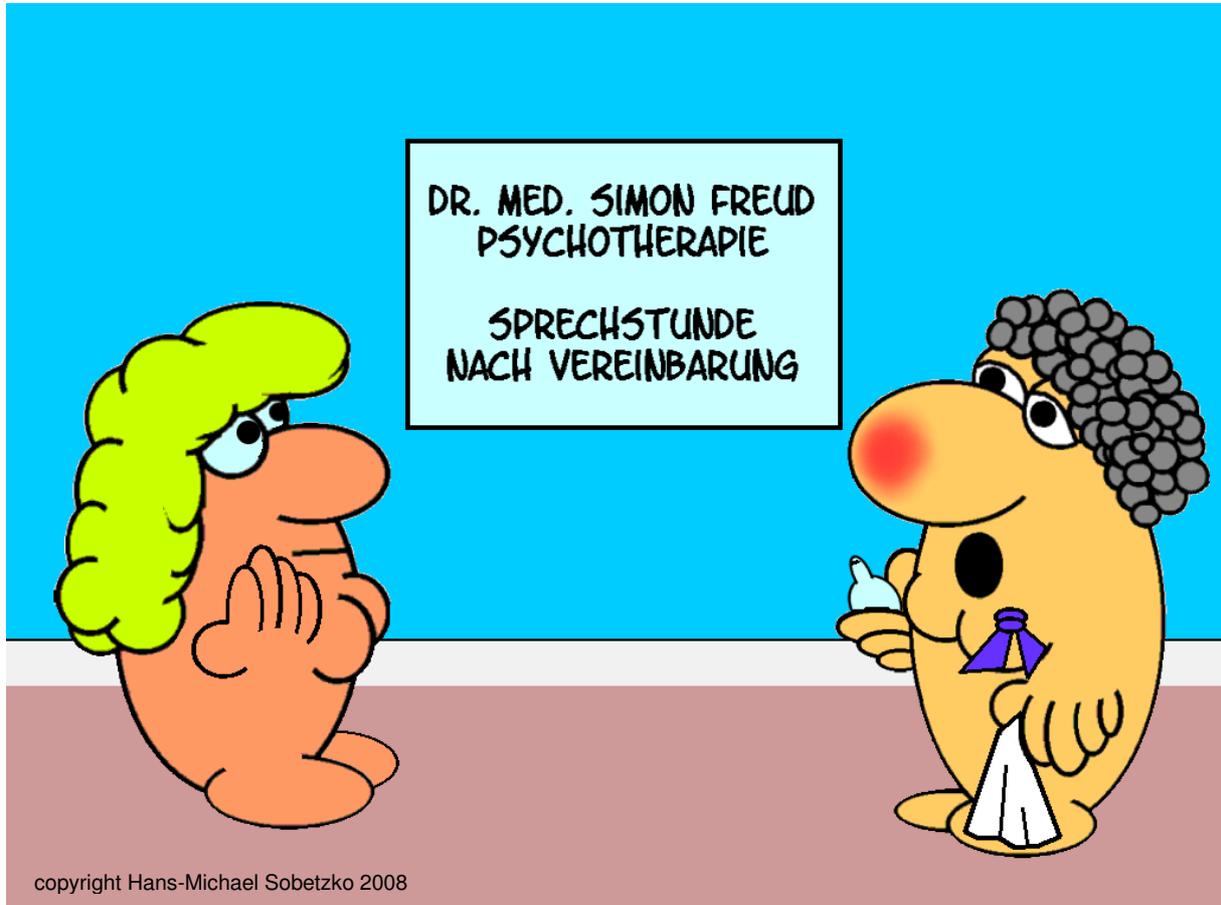
JANUAR



**Zugegeben, der Scheck ist nicht gedeckt.
Aber er entspricht damit ziemlich genau dem
Wert meiner Behandlung.**

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.	

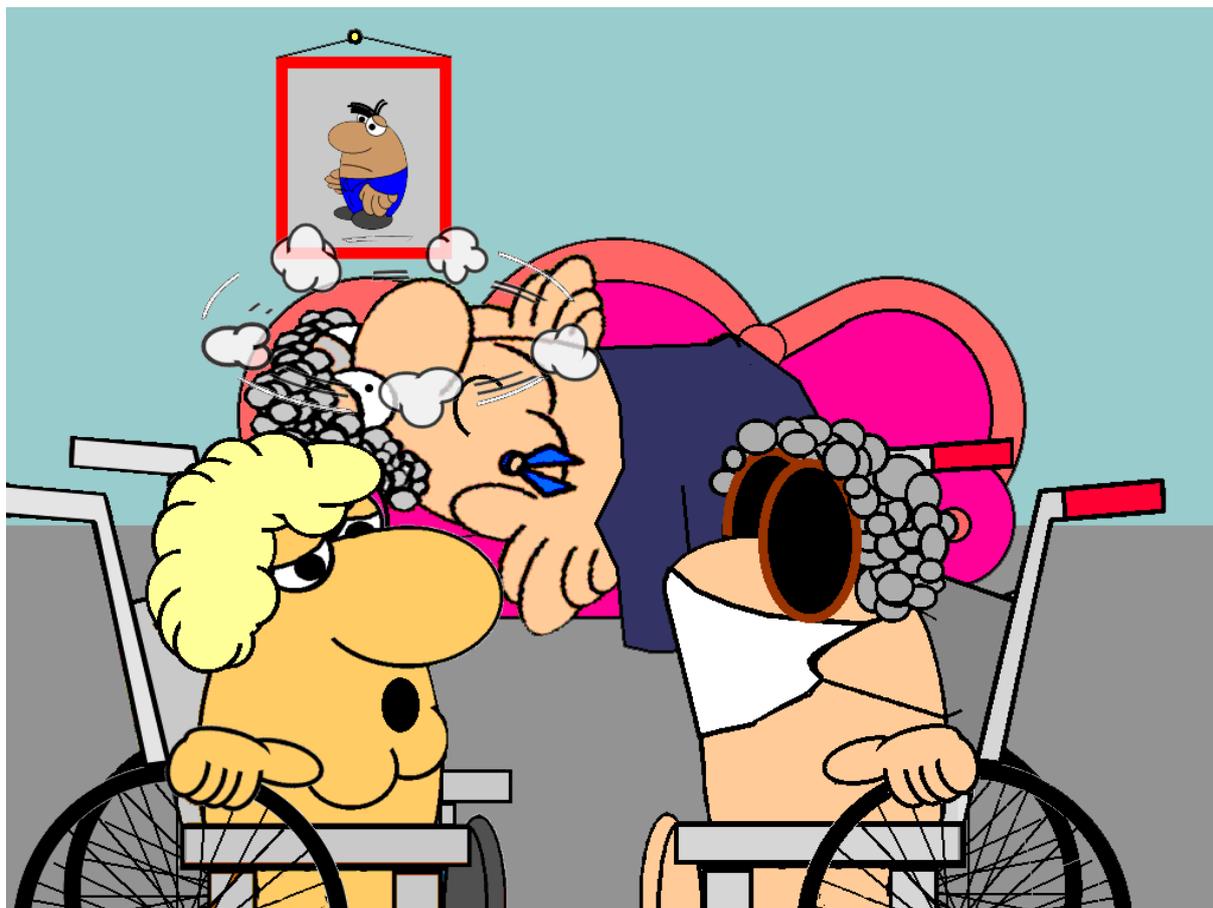
FEBRUAR



Es scheint doch zu helfen. Nach 7 Tagen Psychotherapie ist mein Schnupfen schon fast weg.

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.	

MÄRZ



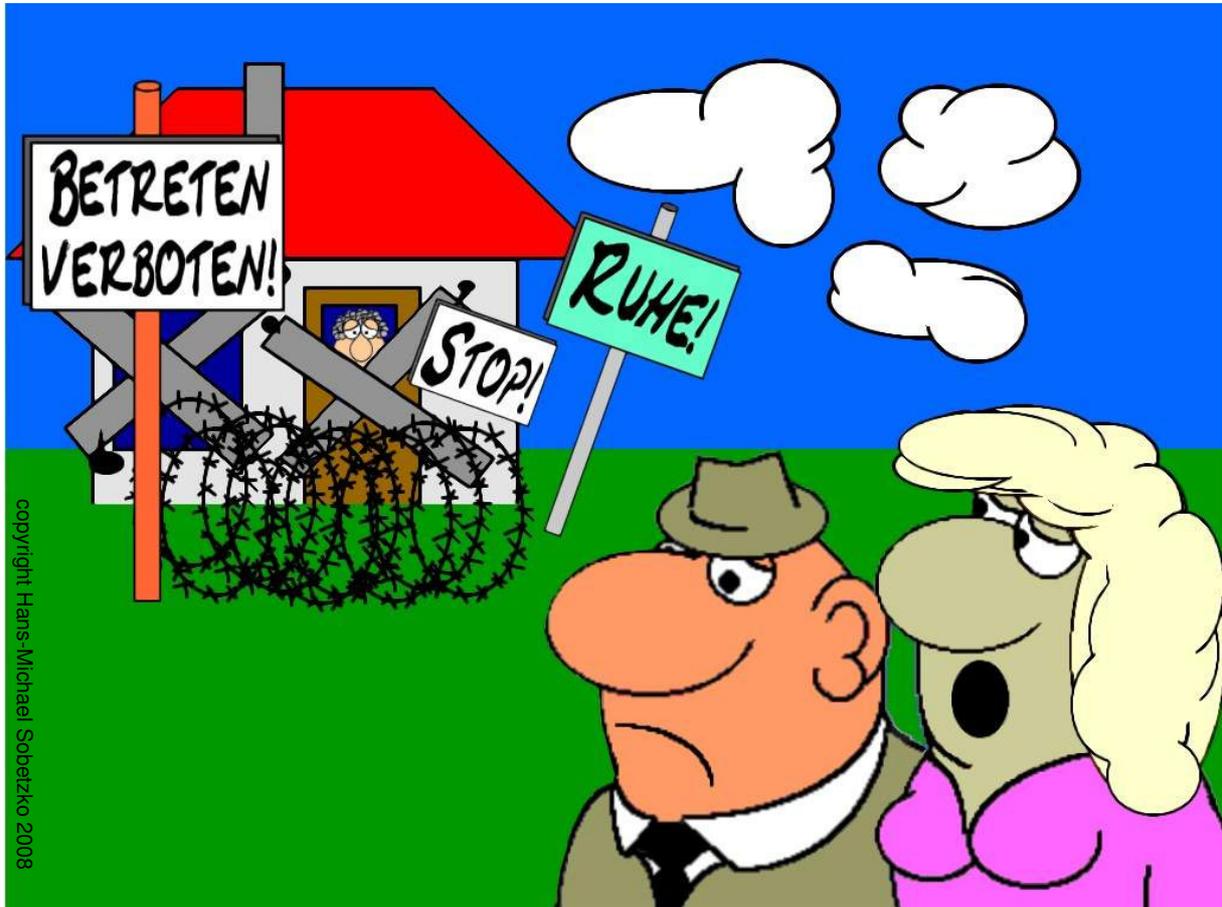
Hätte sie beim Einkaufen den Rollstuhl* benutzt, könnte sie jetzt mit uns Kaffee trinken.

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.					

* Schwer erkrankte CFS-Patienten benutzen häufig einen Rollstuhl, um Energie zu sparen und mobil zu bleiben. Siehe auch CMO-Report 1/2002, Abschnitt 3.4.3

APRIL



Ihr scheint's heute nicht so gut zu gehen. Ich glaube, wir sollten auf den Besuch verzichten.

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

MAI



**Auch wenn wir uns oft wie im Gefängnis fühlen...
Wir werden CFS besiegen!**

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

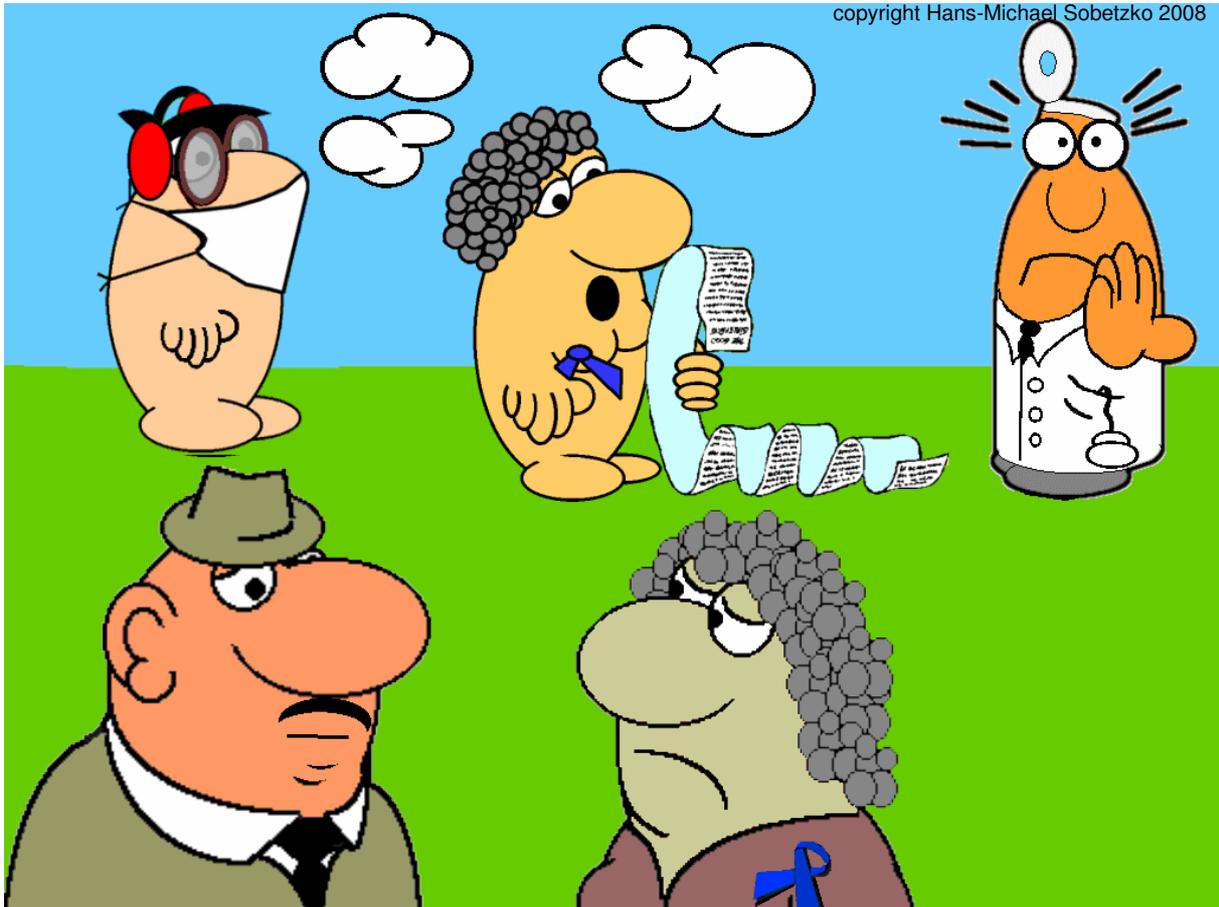
JUNI



Die Folgen von Anstrengungen treten oft erst nach vielen Stunden 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.					

JULI



Sie liest die Liste der Stoffe, die er nicht verträgt, für ihn vor, weil er schon beim Anfassen des bedruckten Papiers Atemnot kriegt.

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.		

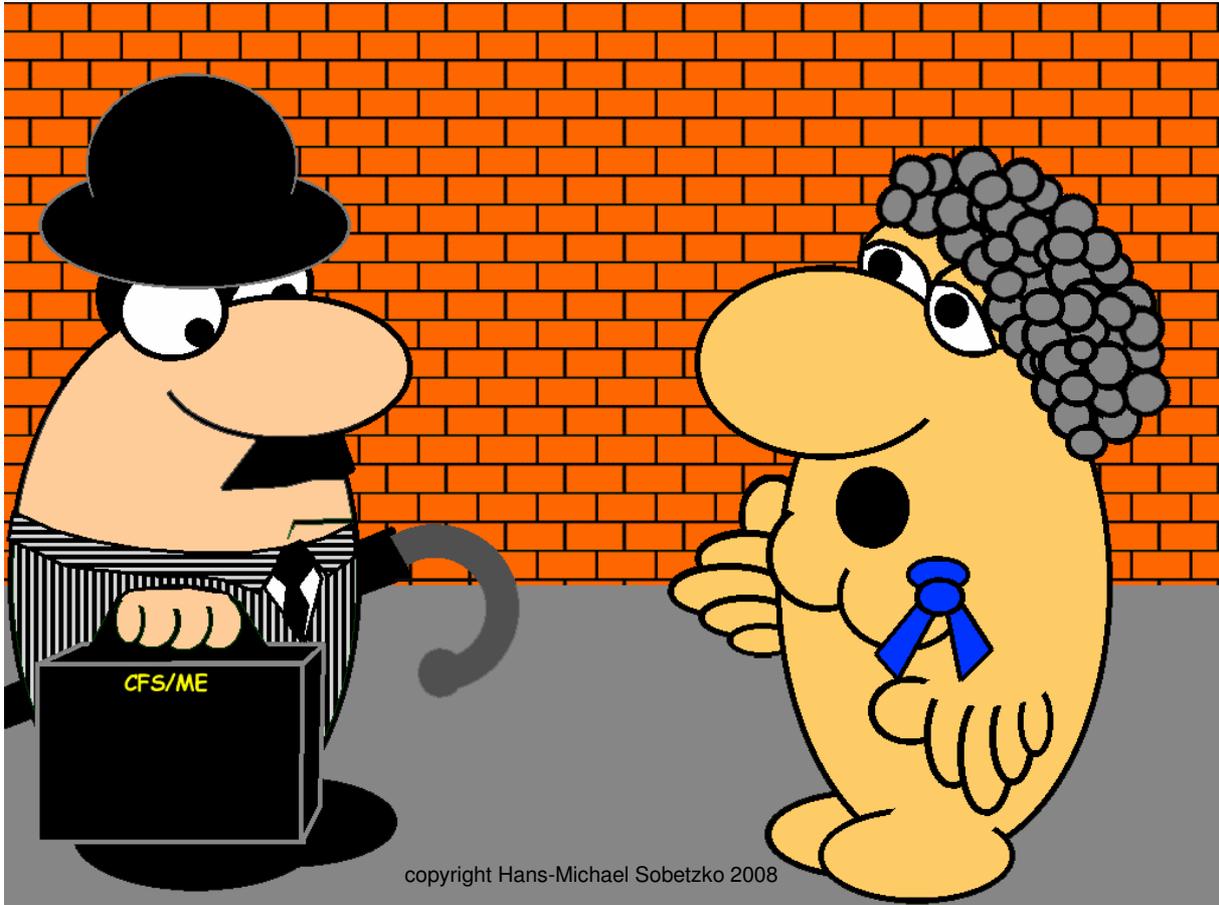
AUGUST



Gegen die Ursache der Kopfschmerzen habe ich vielleicht etwas. Bei den restlichen CFS-Beschwerden sieht's leider nicht so gut aus.

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.						

OKTOBER



Ehrlich, dein Krankheitsmanagement wirkt in der letzten Zeit wirklich sehr professionell.

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



Nein, das ist kein CFS, das ist ein klarer Fall von Burnout.

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 2008

**Wer von Euch hat sich denn einen Hausarzt gewünscht,
der von CFS Ahnung hat?***

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.			

***....und plötzlich glaubten sie wieder an den Weihnachtsmann.**

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**