

## Kurzfassung

**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)

**Melvyn R. Werbach** hat sein Studium am Columbia College und an der Tufts University School of Medicine absolviert. Er ist Mitglied des American Board of Psychiatry and Neurology, er hielt Fakultätsvorlesungen in Anästhesiologie und Psychiatrie an der UCLA School of Medicine in Los Angeles. Zur Zeit ist er Professor für Integrative Medizin an der Capital University in Washington, DC.

Nach 25 Jahren in der ärztlichen Praxis hat er sich in den letzten Jahren verstärkt der Ausbildung von Ärzten in nutriologischer Medizin zugewendet, vor allem durch seine Publikationen. Zu seinen zahlreichen Veröffentlichungen gehört auch das in deutscher Sprache bei Hädecke erschienene Kompendium „Nutriologische Medizin“, das die weltweite wissenschaftliche Literatur zu diesem Bereich strukturiert zusammenfasst und mit zahlreichen Registern erschließt.

**Herausgegeben von:** Prevent-Network München 2002 - [www.preventnetwork.com](http://www.preventnetwork.com). Alle Rechte vorbehalten.  
Gewerbliche Verwendung, Nachdruck, Vervielfältigung über Datenverarbeitungsanlagen und Internet nur nach Genehmigung durch **PreventNetwork** gestattet.

**PreventNetwork**, Strangenhäuschen 26, 52070 Aachen  
[online@preventnetwork.com](mailto:online@preventnetwork.com), Tel. (+49) (0)180 - 511 44 30 Fax (+49) (0)180 - 511 44 35

**Büro Wien:** **PreventNetwork**, [austria@preventnetwork.com](mailto:austria@preventnetwork.com),