

Chronický únavový syndrom



Nemoc označovaná také mezinárodní zkratkou CFS (chronic fatigue syndrome) je považovaná jako jedna z nejvýznamnějších chorob mezi únavovými stavy. Touto nemocí trpí čím dál tím více lidí po celém světě.

CFS je označována jako syndrom, je to onemocnění, o jehož existenci se vedly dlouhé diskuze a spory a u kterého zatím nebyla jednoznačně stanovena příčina. Vyznačuje se jak psychickými poruchami, tak poruchami imunity či infekcemi. Podle odhadů toto onemocnění postihuje okolo 3% populace.

Jaké jsou příznaky CFS?

Základním atributem onemocnění je chronická únava, jedná se o vyšší stupeň únavy klasické. Nemoc je provázena totálním vyčerpáním, ztrátou výkonnosti a výdrže, které se projevují i po mírné aktivitě. Často nastupuje po prodělání akutní infekce, po níž následuje celková vyčerpanost a únava.

V Kanadě a Anglii tato nemoc dostala označení ME (myalgická encefalomyelitida), poukazuje na těžkou svalovou únavu a na účinky, které mají dopad na mozek a nervy.

Chronický únavový syndrom takéž provázejí:

bolesti hlavy, bolesti mízních uzlin, zvýšená teplota, poruchy spánku, zvýšená citlivost na světlo, deprese, bolesti zad či krční páteře. Důsledkem je vysoká míra fyzického handicapu pacienta. Dle zjištěných výzkumů postižení touto nemocí trpí stejně jako lidé v konečném stadiu AIDS či s roztroušenou sklerózou.

Kdo může CFS onemocnět?

Výzkum ukazuje, že jsou touto nemocí postiženy až 4x více ženy než muži, méně jsou v tomto případě ohroženy děti. Vesměs ale touto nemocí může onemocnět každý bez ohledu na věk. Vědcům se doposud nepodařilo zjistit, zdali je tato nemoc nakažlivá. U pacientů jsou nalézány různé infekce, jejich úloha zatím ale není zcela vyjasněná.

Vzhledem k tomu, že je CFS v lékařském prostředí stále v plenkách a přístroje pro diagnostiku nejsou natolik pokročilé, bude ještě nějakou dobu trvat, než se kvalitní a prověřené informace o tomto syndromu dostanou mezi veřejnost.

Jde chronický únavový syndrom vyléčit?

V průměru se uzdraví pouze 5 – 10% pacientů s tímto onemocněním. Úplné vyléčení je proto zcela vzácné. Jednou z možností je cesta psychické změny, a to pomocí zkušeného kouče. Příčinou našeho únavového syndromu totiž může být nevhodné emoční nastavení, které nám způsobuje obrovské úbytky energie. Jako u každé nemoci platí, že čím dříve bude diagnostikována, tím bude mít pacient větší šanci na uzdravení. Pokud v těle probíhá zánět, nejčastěji se předepisují antibiotika.

Jak se chronický únavový syndrom léčí?

Jistou nadějí dává lék Ampligen, který nyní, jako první historický lék, prochází schvalovacím procesem v USA. V současné době ale neexistuje žádný jiný lék, který by byl schopný nemoc léčit. Účinně však mohou působit i alternativní způsoby léčby jako je homeopatie či akupunktura, dále pak vhodné přírodní doplňky stravy, které posilují imunitní systém a organismus je snáze vstřebává. Je však potřeba se poradit s odborným lékařem, který by mohl zabránit možnému vzniku alergie na přípravek.

Primární příčinou únavového syndromu však bývá naše psychika, konkrétně naše emoční naprogramování, které nás žene k přemíře aktivit a také přemýšlení, které doprovázejí takzvané zkratky v našem mozku. Pokud se tedy chcete chronického únavového syndromu zbavit, zkuste využít kouče a najít si tak svoje Emoční rovnice. Více na www.mujskouc.cz nebo na www.mamdepku.cz

Závěrem

Jako vždy jsem zastáncem toho, že pokud se někdo necítí dobře a pociťuje na sobě jisté abnormální příznaky, měl by v každém případě vyhledat odbornou pomoc a ujistit se tak o svém zdravotním stavu. Každý by měl jednou začas zajít na kontrolu krve, z které jsou lékaři schopni poznat, zdali je váš organismus v pořádku, protože jedině prevencí se dokážeme chorobám nejlépe bránit.

Přečtěte si také:

[„Zdravé spaní“](#)

Objednejte si:

[„I ty se můžeš cítit dobře – motivační CD“](#)



© **Napsala Nikola Šmorancová**

Kouč v oblasti osobního rozvoje (práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: smorancova@mujkouc.cz

www.mujevztah.cz www.mamdepku.cz

www.mujkouc.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.

Měsíčník osobního růstu zdarma: [objednejte si](#)