



Erscheint am 05.06.2025  
224 Seiten,  
Format: x  
ISBN: 978-3-7495-0649-1

Lea Höfel

## Warum bin ich so erschöpft?

### Chronisches Fatigue-Syndrom bei Kindern und Jugendlichen.

Das Sonnenlicht blendet unangenehm, Kopf und Muskeln schmerzen, die Bettdecke ist zu schwer zum Wegziehen. Müdigkeit und schnelle Erschöpfung sind typische Symptome der Fatigue.

Kommen weitere Krankheitsanzeichen hinzu und bestehen die Beschwerden über längere Zeit, spricht man auch von Myalgischer Enzephalomyelitis (ME) bzw. dem chronischen Fatigue-Syndrom (CFS).

Betroffene Kinder und Jugendliche sowie ihre Angehörigen haben meist einen langen Leidensweg mit Fehldiagnosen und falschen Behandlungsansätzen hinter sich.

Die Symptomatik ähnelt derer alternativer Erkrankungen wie beispielsweise Depression, rheumatische Erkrankungen oder chronische Schmerzen, was die Differenzierung erschwert. Dieses Buch möchte Eltern und Betroffenen ein Wegweiser sein und Mut machen. Es gibt hilfreiche Informationen, Tipps und Strategien an die Hand, um die Symptome richtig einzuordnen, Selbsthilfe zu leisten und adäquate Unterstützung von außen zu finden.

Der fundierte Begleiter durch die Fülle der Therapiemöglichkeiten

- Medizinische Hintergründe und Diagnosekriterien einfach erklärt
- Wichtige Tools zur Selbsthilfe im Überblick
- Patient:innenbeispiele zur Ermutigung

## Autorenprofil

Lea Höfel

Dr. Lea Höfel leitet die Abteilung Zentrum für Schmerztherapie junger Menschen und den psychologischen Dienst an der Kinderklinik Garmisch-Partenkirchen gGmbH.

## Pressestimmen