

Ursachen von Müdigkeit und Erschöpfung

SAPP Workshop «Müdigkeit, Erschöpfung und Schlafstörungen in der Schwangerschaft und Stillzeit»

Prof. Dr. med. Irene Hösli
Klinik für Geburtshilfe und
Schwangerschaftsmedizin

Wie äussert sich Fatigue

- Energiemangel
- Allgemeines Schwächegefühl, Gliederschwere
- Motivationsmangel bei normalen Alltagsaktivitäten
- Schlafbedürfnis
- Niedergeschlagenheit
- Reizbarkeit

Müdigkeit/Fatigue

- Definition: anhaltender ausgeprägter Energiemangel und reduzierte Möglichkeit zur geistigen oder körperlichen Arbeit, keine Erholung durch Schlaf
- Negative Auswirkung auf Arbeitssituation, Familie, Beziehungen, Schwangerschaft
- Primäres Symptom
- Sekundäres Symptom
- Physiologisch
 - Schwangerschaft, Adoleszente, ältere Personen
 - körperliche Anstrengung, zu wenig Erholung
 - Nach einer Trainingspause > 1-2 Wo
- Chronisch
 - Chronisches Fatigue Syndrome

Physiologische Veränderungen in der Schwangerschaft

Fatigue:

- Zunahme im ersten Trimenon 97%
- Verbesserung im zweiten Trimenon 89%
- Konstanz im dritten Trimenon 87%
- Postpartal 88%

Hormonell (Progesteron)

Kardiovaskuläre Veränderungen

Respiratorische Veränderungen

Metabolische Veränderungen

Fetale Entwicklung

Doppelbelastung

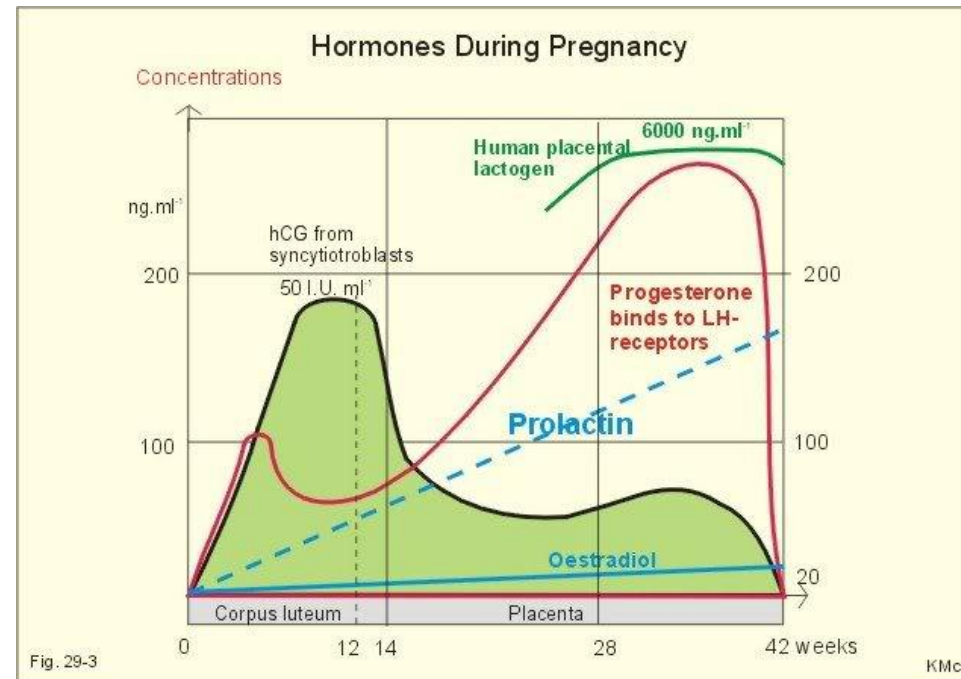


Fig. 29-3

KMc

Präkonzeptionell- in der Schwangerschaft

Sekundäres Symptom

- Akute/chronische Infektionen (H1 N1, Tuberkulose, HIV, CMV)
- Anämie (Fe-Mangel, Sichelzellanämie)
- Endokrine Erkrankungen (Schilddrüse, Nebennieren, DM, Nebenschilddrüse, Hypophyse)
- Renale, kardiale Erkrankungen (chron. Niereninsuffizienz, Hypotonie, Kardiomyopathie)
- Carcinome (Non Hodgkin Lymphome, Mamma-Ca)
- Depression, Angststörungen
- Mangelzustände (Anorexie)
- Autoimmunerkrankungen (Inflammatorische Darmerkrankungen, SLE)
- Schlafstörungen (Schlafapnoe, Refluxbeschwerden)
- Muskeldystrophie, MS
- Nebenwirkung von Medikamenten (Antihistaminika, Betablocker, Protonenpumpenhemmer, Benzodiazepine, Antidepressiva, Antipsychotika, Opioide)

Laboruntersuchungen bei unklarer Fatigue

Test	Mögliche Erkrankung
BB, Ferritin, Vitamin B12	Anämie
Transaminasen, Kreatinin, Elektrolyte, BZ	Lebererkrankung, Niereninsuffizienz
TSH, freies Thyroxin	Hypothyreose
HIV AK	HIV-Erkrankung
EKG	Arrhythmie, Herzinsuffizienz
Lungenfunktionstest	Chron. obstruktive Lungenerkrankung
Tox. Screening	

Fatigue postpartum

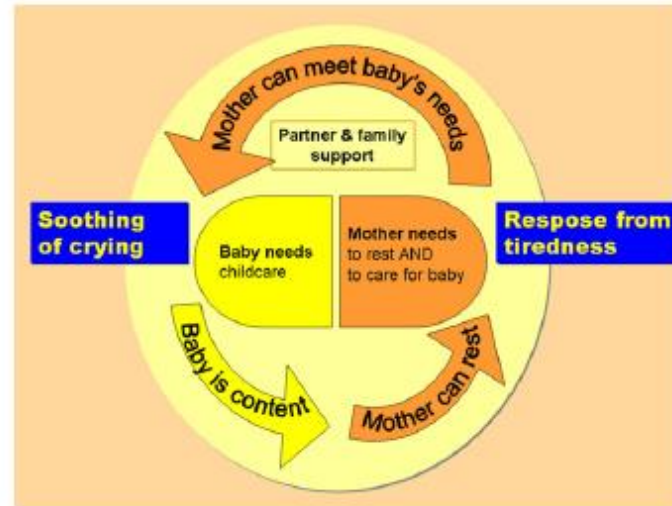


Fig. 1. Adaptive circularity of infant soothing and maternal repose.

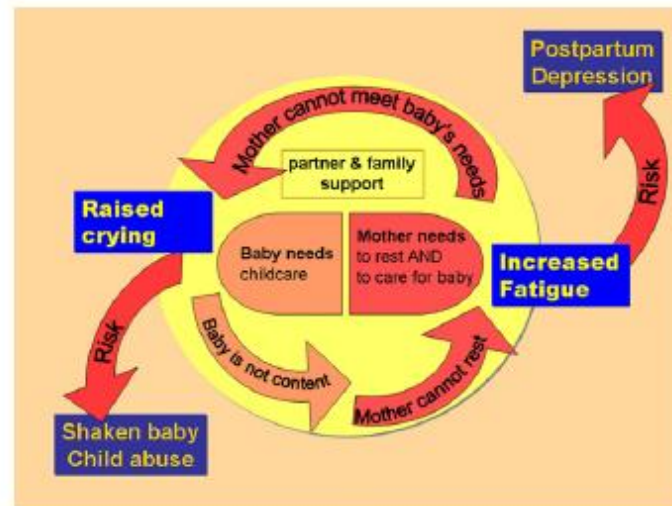


Fig. 2. Vicious circle of infant crying and maternal fatigue, and adverse effects.

Einfluss von Fatigue auf Geburtsverlauf

Table 3 Comparison of fatigue severity and pattern of uterine contractions and the length of the first stage of labour

Characteristics	Mild fatigue <i>n</i> = 23	Moderate fatigue <i>n</i> = 41	Severe fatigue <i>n</i> = 36	<i>F</i>	<i>p</i> -value
F/R ratio mean ± SD	1.08 ± 0.25	1.3 ± 0.37	1.4 ± 0.38	9.296	< 0.001
Number of contractions	8.4 ± 2.3	7.7 ± 2.11	7.51 ± 2.3	1.070	0.347
The length of the first stage of labour mean ± SD	5.58 ± 3.09	6.3 ± 2.7	7.9 ± 3.8	0.604	0.014

Ebrahimzadeh S, Golmakani N, Kabirian M, Shakeri MT. J Clin Nurs 2012;21:1563-9.