

## **Studium generale: Projekt**

© Herausgeber: Prof. Dr. med. Bernd Fischer [www.wissiomed.de](http://www.wissiomed.de)  
Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit

# **Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit**

## **Stichwortartige Seminarunterlagen**

in Kooperation mit der **Memory-Liga e. V. Zell a. H.**  
sowie dem **Verband der Gehirntainer Deutschlands VGD®**  
und **Wissiomed® Akademie Haslach (www.wissiomed.de)**

**Die Unterlagen dürfen in jeder Weise in unveränderter Form unter Angabe des Herausgebers in nicht kommerzieller Weise verwendet werden!**

## **Studium generale: Projekt**

© Herausgeber: Prof. Dr. med. Bernd Fischer [www.wissiomed.de](http://www.wissiomed.de)  
Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit

# **Herausgeber**

## **Prof. Dr. med. Bernd Fischer**

Hirnforscher und Begründer der wissenschaftlichen Methode des Integrativen/Interaktiven Hirnleistungstrainings IHT® und des Brainjogging® sowie Mitbegründer des Gehirnjoggings. Autor/Koautor von mehr als 60 Büchern und ca. 400 Veröffentlichungen. Chefarzt a. D. der ersten deutschen Memoryklinik. Träger des Hirt - Preises. Präsident des Verbandes der Gehirntainer Deutschlands VGD® und der Memory - Liga.

Adresse: 77736 Zell. a. H., Birkenweg 19, Tel. : 07835-548070

[www.wissiomed.de](http://www.wissiomed.de)

© by B. Fischer

Alle Rechte vorbehalten. All rights reserved. Tous droits réservés.

WissIOMed® Akademie 77716 Haslach i. K., Eichenbachstr. 15, Tel. 07832-5828, Fax 07832- 4804, e - mail: [wissiomed@t-online.de](mailto:wissiomed@t-online.de)

Internet: [www.WissIOMed.de](http://www.WissIOMed.de)

Literatur auf Anfrage

Edition 3

**Korrespondenzadresse:** Prof. Dr. med. Bernd Fischer, Birkenweg 19, 77736 Zell a. H., Tel: 07835-548070

# Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit

## Bei Fibromyalgiepatienten sind folgende Auffälligkeiten der geistigen Leistungsfähigkeit beschrieben.

Die subjektiven empfundenen Gedächtnisdefizite sind höher als die objektiv nachweisbaren Gedächtnisdefizite.

Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Höhe der Gedächtnisdefizite und der Messwerte bei den Schmerz- und Angstskalen

(Selbstbeurteilungsskalen. (Grace et al. 1999; s. a.: Kaplan et al. 1992; Landro et al. 1997)

Wachheit, Alertnes (Glass et al. 2001)

Verminderung der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit (Potter et al. 2000, Sletvold et al. 1995)

Störung der auditorischen Daueraufmerksamkeit

Störung des sofortigen und des verzögerten Abrufs. (Sephton et al. 2003)

Depressive Symptome zeigen eine negative Korrelation zum verbalen Abruf. (Sephton et al. 2003)

Verminderung der Hirndurchblutung im Mittelhirn.

Stressverarbeitungsstörung (z. B. niedrige Schmerzschwelle) (MMW-Fortschr. Med. Nr. 21, 2011 (153 Jg.), S.16; Van Houdenhove B, Egle U, Ecker-Egle M-L, Nickel R: Fibromyalgie als Störung der zentralen Schmerz- und Stressverarbeitung: Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie 2004;54(3/4): 137)

## **Welche Symptome treten bei Fibromyalgiepatienten auf?**

1990 hat die amerikanische Gesellschaft für Rheuma (American College of Rheumatology, ACR) Diagnosekriterien für die Fibromyalgie entwickelt, an denen sich die Ärzte orientieren können. Nach Angaben des ACR hat eine Person dann Fibromyalgie, wenn sie in mindestens drei Körperregionen (etwa linke oder rechte Körperseite) Schmerzen hat. Die Schmerzen müssen mindestens drei Monate andauern. Zusätzlich müssen 11 der vorgegeben 18 Tender points schmerzhaft tastbar sein:

### **Tender Points sind:**

Hinterhaupt (Occiput beidseits)

Halswirbelsäule (C5-C7 beidseits)

Schultermuskulatur (oberer Trapezius beidseits)

Schultermuskulatur (Supraspinatus beidseits)

Zweite Rippe beidseits

Oberarm (Epicondylus lateralis beidseits)

Beckenknochen (Crista iliaca beidseits)

Hüften (Trochanter beidseits)

Knie beidseits

## Studium generale: Projekt

© Herausgeber: Prof. Dr. med. Bernd Fischer [www.wissioemed.de](http://www.wissioemed.de)  
Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit

### **PS: Tai Chi-Übungen sind bei Fibromyalgie wirksam!**

Unter Tai-Chi-Übungen (12 Wochen) trat eine signifikante Verbesserung der Schmerzsymptomatik ein. Die Verbesserungen hielten bis zwölf Wochen nach Ende der Therapie an.

„Das ist eine originelle Studie, die sehr sauber geplant und durchgeführt worden ist. Sie hat den anspruchsvollen Reviewprozess des NEJM überstanden und verdient daher unsere besondere Aufmerksamkeit. Es ist durchaus plausibel, dass die besonderen Übungen des Tai-Chi insbesondere bei Fibromyalgie hilfreich sind. Es kommt hier auf eine kontinuierliche, tonische Belastung der Tender Points und der schmerzhaften Muskulatur im Allgemeinen an, die durch Tai Chi besonders sanft ausgeführt wird...Es muss...darauf hingewiesen werden, dass die Effektstärke von Tai Chi in dieser Studie ungewöhnlich hoch war und mit starken pharmakologischen Interventionen vergleichbar ist.“(Prof

Stefan Evers, Klinik und Poliklinik für Neurologie, Universitätsklinikum Münster)

Wang C, Schmid CH, Rones R.: A randomized trial of tai chi for fibromyalgia. NEJM 2010 Aug. 19; 363 (8):743-754

### **Neben diesen Kriterien können auch folgende Symptome auftreten:**

Konzentrationsschwäche

Abgeschlagenheit

Leistungsknick

Schweißausbrüche

Kalte Finger und Zehen

### **Schlafstörungen: Sie verstärken das Fibromyalgierisiko bei Frauen (mittleres**

**Erwachsenenalter und Ältere) um das ca. Dreifache** (Mork, Nilsen 2011) Mork PJ, Nilsen T I L: Sleep problems and risk of fibromyalgia: Longitudinal data from the Norwegian HUNT-study. Published online on 14. Nov 2011 Ann. Neurol. DOI: 10.1002/art.33346

Übelkeit

Verdauungsstörungen

Mundtrockenheit

[Kopfschmerzen](#), eventuell [Migräne](#)

"Kloß im Hals"

Störungen beim Wasserlassen

[Menstruationsstörungen](#)

Tremor (Zittern)

Wie wird die Fibromyalgie diagnostiziert?

Zur Diagnose gehört die ausführliche körperliche Untersuchung mit Dokumentation der schmerzhaften Druckpunkte. Zusätzlich muss ausgeschlossen werden, dass andere Ursachen für die Symptome verantwortlich sind. Hierzu gehören:

Andere [Rheumatische](#) oder chronisch entzündliche Erkrankung

Virusinfekte

Psychosen

degenerative Erkrankungen

## **Studium generale: Projekt**

© Herausgeber: Prof. Dr. med. Bernd Fischer [www.wissioemed.de](http://www.wissioemed.de)  
Fibromyalgie und geistige Leistungsfähigkeit

Die Laborwerte sind bei der Fibromyalgie unauffällig.