

Burnout- Syndrom oder CFS (Chronic Fatigue Syndrom)- Chronisches Müdigkeitssyndrom



Mit Burnout-Syndrom oder CFS wird ein chronischer Erschöpfungszustand mit Krankheitsgefühl verstanden. Eine eindeutige wissenschaftliche Definition ist bisher noch nicht möglich, da diese Zustände unterschiedliche Symptome zeigen. Als mögliche Ursachen werden Giftbelastungen, chronische Infekte, einseitige Ernährung und anhaltende, unbewältigte Konflikte vermutet. Durch den Erschöpfungszustand kommt es regelmäßig zu einer verminderten Leistungsfähigkeit, zu körperlichen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Verdauungsstörungen.

Diese Krankheit wurde in den 70er Jahren des vergangenen Jahrhunderts erstmals beobachtet und bekannt gemacht. Es ist eine stetige Steigerung der Krankheitsfälle zu verzeichnen. Dennoch wird diese Krankheit bis heute nicht genügend Aufmerksamkeit und wissenschaftliche Zuwendung gegeben. Besonders in Managerkreisen und in so genannten Start-Up-Unternehmen tritt diese Krankheitsform verstärkt auf. Aber auch der übrige Teil der Bevölkerung ist davon betroffen.

Als eine der Hauptursachen wird Stress vermutet. Oft ist dabei nicht nur der allgemein bekannte seelische Stress verantwortlich, sondern auch Stress, hervorgerufen durch Umwelteinflüsse. Dabei werden durch Umwelteinflüsse wie Wohngifte, Elektromog, Erdstrahlen usw., im menschlichen Körper Stresssituationen hervorgerufen. Die Ursachen für den allgemeinen seelischen Stress kann man relativ gut herausfinden. Aber Stress durch z.B. Elektromog, ist am Körper schwer erfassbar und damit suspekt. Meist spielen aber beide Stressarten in Kombination, eine noch verstärkende Rolle.

Es gibt mittlerweile einige erfolgreiche Behandlungsmethoden. Es sollte aber keine Symptombehandlung durchgeführt werden, sondern eine Ursachenbekämpfung.

Bei der Beurteilung der Ursache durch Umwelteinflüsse kann oft nur eine Untersuchung des Hauses, der Wohnung und des Arbeitsplatzes durch einen Baubiologen Licht in das Dunkel dieser Krankheit bringen. Hier werden dann die Umweltreize messtechnisch erfasst und entsprechende Maßnahmen zur Reduzierung oder Abstellung getroffen.