

Dott. Lorenzo Bettoni

Sito web: www.lorenzobettoni.it

E-mail: info@lorenzobettoni.it

Che cos'è la Chronic Fatigue Syndrome?

La “Chronic Fatigue Syndrome” (nota anche come sindrome da stanchezza cronica o sindrome da fatica cronica o, in breve, CFS) è una patologia di recente definizione, nosologicamente identificata nell’ambito delle malattie immuno-reumatologiche.



La difficoltà a riconoscere una patologia il cui sintomo predominante è la stanchezza persistente e lo scetticismo che aleggia attorno alla sua stessa identità clinica, provocano spesso pesanti ritardi diagnostici con gravi disagi per i pazienti che lamentano per anni un pessimo livello della qualità di vita.

Esistono dei criteri in grado di permettere una corretta diagnosi di CFS?

Certamente sì. Nello schema sono riportati i due principali criteri diagnostici.

Tabella 1 Criteri diagnostici della sindrome da stanchezza cronica (P. Iestò)

Centers for Disease Control (CDC 1994) ^[1]	Oxford, Regno Unito ^[2]
stanchezza valutata clinicamente e inspiegabile da un punto di vista medico, della durata minima di 6 mesi, che: <ul style="list-style-type: none">• è di recente insorgenza• non è il risultato di un esercizio in atto• non è alleviata in maniera sostanziale dal riposo• determina una riduzione sostanziale dei precedenti livelli di attività	stanchezza grave e invalidante, della durata di almeno 6 mesi che: <ul style="list-style-type: none">• influisce sia sull'attività fisica sia su quella mentale• è presente per più del 50% del tempo
concomitanza di 4 o più dei seguenti sintomi: <ul style="list-style-type: none">• perdita soggettiva di memoria• linfadenopatie• dolore muscolare• dolore articolare• cefalea• sonno non ristoratore• malessere dopo esercizio fisico (> 24 ore)	possono essere presenti altri sintomi, soprattutto mialgia e disturbi del sonno e dell'umore
Criteri di esclusione <ul style="list-style-type: none">• presenza di una possibile causa attiva per la stanchezza, non nota o sospetta• depressione psicotica, malinconica o bipolare (ma non depressione maggiore e complicata)• disturbi psicotici• demenza• anoressia o bulimia nervosa• abuso di alcol o di altre sostanze• obesità grave	• stessi criteri dei CDC, eccetto abuso di sostanze e obesità

Bibliografia
1. Fukuda K, Straus S, Hickie I, et al. The chronic fatigue syndrome: a comprehensive approach to its definition and study. *Ann Intern Med* 1994;121:953-959. 
2. Sharpe M, Archard LC, Banatvala JE. A report - chronic fatigue syndrome: guidelines for research. *J R Soc Med* 1991;84:118-121. 

Chi sono i pazienti affetti da Chronic Fatigue Syndrome?

La CFS è una malattia che colpisce prevalentemente soggetti in età lavorativa. Rari sono i casi segnalati in età pediatrica, eccezionali quelli nella senilità. Dai dati pubblicati (peraltro incompleti e quindi considerabili come sottostima) pare che i pazienti con fatica cronica rappresentino circa lo 0,4% della popolazione generale.

Come si cura un paziente con CFS oggi?

Le scarse conoscenze patogenetiche, associate alla scarsa considerazione della malattia ed ai risultati spesso poco soddisfacenti dei vari approcci terapeutici, determinano un'impostazione assai polimorfa dell'attuale trattamento dei pazienti con CFS.

Si spazia da terapie cognitivo-comportamentali a esercizi aerobici, a tecniche di rilassamento, fino a terapie farmacologiche basate principalmente su prodotti polivitaminici e/o integratori ma che comprendono anche una vasta gamma di farmaci tra i quali antidepressivi, cortisonici, antidolorifici, antinevralgici....

I risultati delle diverse terapie sono poco prevedibili e variabili da soggetto a soggetto e, persino, nello stesso soggetto, da periodo a periodo.

Cosa si sta facendo per i pazienti con CFS?

Numerosi sono gli studi in corso finalizzati a comprendere i meccanismi patogenetici che determinano lo stato di profonda e persistente prostrazione nel quale sono costretti a vivere i pazienti con sindrome da stanchezza cronica.

Meno numerosi sono, invece, gli studi clinici randomizzati, controllati, in cieco o caso-controllo finalizzati alla valutazione dei diversi approcci terapeutici possibili.

Tale condizione è, in parte, legata anche al fatto che spesso i pazienti con CFS hanno alle spalle innumerevoli esperienze terapeutiche negative che li rende talvolta demotivati.

Importante, anzi determinante, è al contrario la loro attiva partecipazione ai diversi trials, nella convinzione che solo l'unione delle forze di medici e pazienti rappresenta il mezzo per poter vincere, o almeno gestire al meglio, la malattia.

Quindi, cosa speriamo di dare, quanto prima, ai pazienti con CFS?

Una visione della vita che sia diversa da questa!!!!!!!

