

Dette kaldes **Post-Exertional Malaise, (PEM)**.
Patienterne må økonomisere med deres kræfter.
Bruger patienterne alle deres "batterier" om formiddagen, kan de være sengeliggende resten af dagen.
Symptomer svinger i intensitet, hvilket gør planlægning svær for patienterne.



ME FORENINGEN

www.me-foreningen.dk

tlf. 4495 9700 mail@me-foreningen.dk

JEG HAR ME

Hvad er det?

ME = Myalgic Encephalomyelitis

er godkendt som sygdom i Danmark siden 1992.

ME har WHO-kode G93.3 (sygdomme i hjernen)

ME udløses typisk i forbindelse med en virus eller bakterieinfektion som kyskesyge, meningitis, halsbetændelse, influenza, tarminfektion eller vaccination.

ME er en kronisk sygdom.

Ny forskning peger på autoimmunitet.

ME giver bl.a. scleroselignende udmattelse, neurologiske og kognitive symptomer muskelsmerter, mave/tarm problemer, influenzaagtige symptomer, søvnproblemer og overfølsomhed overfor dufte, lys og støj i forskellige grader.

Mange har madintolerancer og tåler dårligt medicin, alkohol og bedøvelse.

Læs mere på www.me-foreningen.dk

Alle kan få **ME**. Ca. 25% er sengeliggende, mange er svært invaliderede og kun få kan arbejde.

Overanstrengelse forværrer sygdommen.

ME kan ikke trænes væk. Hovedsymptomet ved ME er anstrengelsesudløst tilbagefald efter både fysisk og mental anstrengelse. Tilbagefald kan komme forsinket og vare længe.