

# ME/CFS (krooninen väsymysoireyhtymä)

**ME/CFS on:**

Merkittävästi rajoittava pitkäkestoinen sairaus

Vakava

Systeeminen

Vaikuttaa koko elimistöön

Moniulotteinen

Krooninen

Etiologialtaan epäselvä sairaus

Invalidisoiva

Aaltoileva

Sen aiheuttajaa ei vielä tunneta

sairaus

Toimintakyky on alentunut 50 %

Lievä

Kohtalainen

**Neljä vaikeusastetta**

Vaikea

Erittäin vaikea

N. 25 % ME/CFS-potilaista sairastaa vaikeaa tai erittäin vaikeaa astetta

Potilas on täysin vuoteenoma eikä selviydy yksin

WHO:n ICD-10-sairausluettelossa koodilla **G93.3** Virusinfektiota seuraava väsymysoireyhtymä

Tulevassa ICD-11-luettelossa koodi on 8E49 Postviral fatigue syndrome

Molemmat koodit kuuluvat neurologisiin sairauksiin

Arvio: ainakin 10 000 suomalaista sairastaa

Lisäksi osa pitkittynyttä koronaa sairastavista täyttää ME/CFS:n kriteerit

= post-exertional malaise

PEM-oire

Voinnin huononeminen ja oireiden paheneminen vähäisenkin fyysisen tai kognitiivisen rasituksen jälkeen

**Vaikuttaa moniin elinjärjestelmiin ja aiheuttaa moninaisia oireita**

Kivut

Uni-häiriöt

Voimakas ja invalidisoiva uupumus

On kestänyt vähintään 6 kk

Ei selity muilla sairauksilla

Autonomisen hermoston oireet

Oireiston aaltoilu

Kognitiiviset vaikeudet

Immuunijärjestelmän oireet

ME/CFS-potilaiden itsemurhariski on suurempi kuin vertailuväestöllä

Vain noin 5–10 % sairastuneista toipuu täysin

Lisätutkimusta kuitenkin tarvitaan

Lapset ja nuoret toipuvat todennäköisemmin kuin aikuiset

Lähes puolet saa oireisiinsa jonkinlaista helpotusta oireenmukaisen hoidon avulla

Laskee toimintakykyä ja elämänlaatua enemmän kuin muut yleisimmät vaikeat krooniset sairaudet, esim.

MS-tauti

Kongestiivinen sydämen vajaatoiminta

Krooninen munuaisten vajaatoiminta

Jotkin syövät

Ei parane levolla

Kivut

## Lähteet

Duodecim: [Krooninen väsymysoireyhtymä \(ME/CFS\) Hyvä käytäntö -konsensusuusitus](#) ja [Hyvä käytäntö -suosituksen potilasversio](#)  
Institute of Medicine (IOM), nykyisin National Academy of Medicine (NAM), USA: [Beyond Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome – Redefining an Illness](#)  
Centers for Disease Control and Prevention (CDC), USA: [Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome](#)  
National Institute for Health and Care Excellence (NICE), Iso-Britannia: [Myalgic encephalomyelitis \(or encephalopathy\)/chronic fatigue syndrome: diagnosis and management](#)  
Mayo Clinic Proceedings: [Diagnosis and Management of Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome](#)



ME/CFS-YHDISTYS  
SMEY