

## Zmęczenie i astenia

Zmęczenie zwane także astenią jest częstą przyczyną konsultacji medycznej i może oznaczać wiele różnych chorób.

### Należy wyróżnić:

- zmęczenie fizjologiczne: będące skutkiem intensywnego wysiłku fizycznego w czasie dnia, stresu emocjonalnego lub przepracowania. W tych przypadkach przyczyna jest przeważnie oczywista i pacjent nie konsultuje się wtedy z lekarzem;
- zmęczenie patologiczne jest rodzajem zmęczenia, które pojawia się gwałtownie i utrzymuje się w sposób przewlekły. Może to być związane z czynnikami psychicznymi (80%) lub fizycznymi (inna choroba).

Przyczyny patologicznego zmęczenia mogą być bardzo różnorodne. Wyróżniamy przyczyny organiczne (u których podłoża leży choroba organiczna) i czynnościowe (zaburzenia psychiczne).

### Przyczyny organiczne:

- Astenia infekcyjna lub poinfekcyjna (w okresie rekonwalescencji po chorobie zakaźnej): wirusowe zapalenie wątroby, mononukleozę zakaźną, brucellozę, gorączka Q, choroba z Lyme, wirus HIV, gruźlica;
- Astenia w czasie choroby nowotworowej pojawiająca się w przebiegu większości chorób nowotworowych i wyniku ich leczenia (radioterapia, chemioterapia, leczenie bólu morfiną);
- Zespoły paraneoplastyczne gdy pojawiają się w czasie rozwoju niektórych nowotworów mogą także być odpowiedzialne za zmęczenie: zespół Cushinga, zespół Lamberta-Eatona. Astenia z przyczyn metabolicznych: nadczynność tarczycy, przewlekła niewydolność nerek, zaburzenia równowagi jonowej ( sodu i potasu), cukrzyca;
- Astenia z przyczyn hormonalnych: choroba Addisona, niedoczynność przytarczyc;
- Astenia związana z chorobami wieloukładowymi: sarkoidoza, toczeń;
- Choroby wątroby: hemochromatoza, choroba Wilsona, przewlekłe ciężkie zapalenie wątroby;

- Choroby układu nerwowego: choroba Parkinsona, miastenia, stwardnienie rozsiane, histeria, miopatie, histeria, zatrucie lekami nasennymi, zespół bezdechów sennych , narkolepsja;
- Wszystkie rodzaje anemii;
- Niektóre schorzenia układu pokarmowego, leki, choroby sercowonaczyniowe.

Przyczyny czynnościowe (schorzenia psychiatryczne) głównie depresja i zaburzenia neurotyczne, poza tym przewlekły stres .