

INTISARI

Kelelahan atau rasa lelah dapat merupakan suatu keadaan fisiologis karena aktivitas fisik maupun psikis. Tetapi rasa lelah dapat juga merupakan suatu keadaan patologis yang mendorong seseorang untuk datang ke dokter. Keadaan ini dikenal dengan Chronic Fatigue Syndrome(CFS) atau Sindrom Kelelahan Kronis.

Penyebab CFS sampai saat ini masih belum jelas dan kontroversial. Usia rata-rata dari penderita CFS ini adalah 30 tahun dan didominasi oleh wanita. CFS merupakan kondisi yang multisimptomatik atau dengan banyak gejala. Gejala utama CFS adalah rasa lelah yang dirasakan terus-menerus atau berulang dalam waktu 6 bulan atau lebih yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Di samping itu didapatkan juga gejala seperti sulit berkonsentrasi, sefalgia, sakit tenggorokan, myalgia.

Dengan kondisi yang multisimptomatik tersebut, diperlukan pendekatan yang beragam dengan memperhatikan segi-segi fisik dan psikis. Beberapa macam pengobatan yang sudah pernah dicoba antara lain: terapi anti virus, terapi imunologi, terapi antidepressant, terapi perilaku kognitif, latihan dan rehabilitasi fisik, perawatan

ABSTRACT

Fatigue or tiredness may be a physiological condition caused by physical or psychological activity. However, fatigue may be a pathological condition urge somebody to meet a physician. This condition is called Chronic Fatigue Syndrome (CFS).

Up to now, the CFS causes has not been obviously known and controversial. The average of CFS suffer age is 30 years old and dominated by women. CFS is multi-symptomatic condition, means that it has many symptoms as causes. Constant and repeatedly exhaustion within six months or more that may disturb daily activities, is the main symptom of CFS. Beside that there are also other symptoms such as poor concentration, sefalgia, throat sore, and myalgia.

With these multi-simptomatic condition, it needs various approaches bya regarding the physical and psychological aspects. Several therapies that have been tried are anti-viral, immunology, antidepressant, cognitive behaviour, physical training and rehabilitation, good clinical treatment, and other therapies, for instance by giving multivitamin.

Keywords: CFS -- main symptom -- CFS therapy