New address:

ME/CFS Society of NSW Inc.
Suite 204, 10 Help Street
Chatswood NSW 2067
Telephone: (02) 9904 8433
Website: http://www.me-cfs.org.au/
Email: mesoc@zip.com.au

NSW Multicultural Health Communication Service
website: www.http://mhcs.health.nsw.gov.au
e-mail: mhcs@doh.health.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

multicultural communication

March 31, 1997
Macedonian

REVIEWED September 2004
NSW Multicultural Health Communication Service

Замор што никогаш не запира

(The Fatigue That Never Stops)

NSW HEALTH

Замор што никогаш не запира

Џеклин Финч не можеше никако да разбере зошто од обичните работи како миење на косата, се чувствуваше истоштена. Таа, како здравствен работник, обично енергична жена, ја измачуваа неколку други сиптоми како осетливост на светло и врева, вртоглавица, главоболки и болки во мускулите, па дури и забрзано чукање на срцето и тешкотии во дишењето.

Заморот стана уште полош, сé додека не дојде до таму кога таа спиеше дури 18 часа на ден. Беше толку хронично истоштена што, покрај работата, единствена друга активност во животот ѝ беше спиењето.

"Дури и кога мислев, се изморував", вели таа.

Докторите беа, исто така, збунети. Од почетокот се сомневаа дека се работи за рак, срцево заболување или астма, но тестовите покажаа дека Џеклин нема ниту една од овие болести .Меѓутоа , таа сега веќе се чувствуваше толку многу обземена од овој замор, што ја напушти работата.

Дури после две години од настапувањето на симптомите, Џеклин конечно ја доби својата дијагноза - синдром на хроничен замор (Chronic Fatigue Syndrome), сложена болест која го напаѓа имунитетот (деловите од организмот кои помагаат во одбраната од болести). Ова заболување е познато под две имиња, мијалгичен енцефаеломиелит (ME) или Синдром на хроничен замор (CFS). Се смета дека околу 30.000 лица во Австралија го имаат овој проблем.

Може секому да му се случи, но најчесто се случува кај лица на возраст од 25 до 45 години. Иако симптомите се разликуваат од еден до друг, секогаш станува збор за тежок замор (кој се влошува со активност) кој не престанува шест или повеќе месеци. Другите знаци се симптоми како кај грип, болно грло, треска и болни лимфни жлезди; болки во мускулите и зглобовите; проблеми со столицата, вртоглавица, осип, несоница. Некои луѓе реагираат на храна и хемикалии (Џеклин на пример реагира на мирисот од парфем кој ја прави да има вртоглавица, да чувствува умор и гадење). Не е тогаш за чудење што луѓето со CFS може да се чувствуваат постојано загрижени и депримирани.

Причината зошто на Џеклин ѝ одзеде толку долго за да открие од што боледува, е затоа што поставувањето дијагноза за CFS е тешко. Тоа е затоа што симптомите се толку различни и лесно можат погрешно да се протолкуваат како симптоми на друго заболување. Затоа Џеклин препорачува секој што има слични симптоми да стапи во контакт со Друштвото на НЈВ за МЕ/Синдромот на хроничен замор при здравствениот комплекс Royal South Sydney Health Complex, Joynton Avenue, Zetland, 2017. Tel.: (02) 9662 3488.

Иако CFS не може да се излечи, заболувањето може да се контролира со комбинација на одмор, како и лекови за некои од симптомите. Никој не знае што ја предизвикува болеста, но постои можност да дојде како резултат на инфекции како грип или жлездена (гландуларна) треска, стрес или траума, како сообраќајна несреќа. Во просек, CFS трае седум години, но некои луѓе ја надминуваат болеста после две до три години - кај луѓето кај кои дијагнозата ќе се постави порано, најчесто побрзо зајакнуваат.

Џеклин страда од CFS веќе шест години, но се чувствува многу подобро, иако се уште лесно се уморува и има главоболки и болки во мускулите. "Болеста е непредвидлива," вели таа. "Еден ден нешто можеш да правиш, а следниот не можеш".

"Може, исто така, да предизвика да се чувствувате осамено затоа што сте премногу уморени да се среќавате со пријателите. На почетокот бев дури премногу уморна за да излезам од дома. На некои луѓе им е премногу тешко дури да се јават по телефон. Но затоа што не изгледате болни, знае да биде тешко за семејството и другите луѓе да разберат дека навистина сте болни.

Секој кој што има CFS - или се сомнева дека можеби има - може да се јави во Друштвото на МЕ/Синдром на хроничен замор за повеќе информации и поддршка. Дури и ако не знаете добро да зборувате англиски, Друштвото сака да се стапите во контакт со нив и да се обиде да ве поврзе со други луѓе кои страдаат од CFS кои, можеби, зборуваат на вашиот јазик. Можете да се јавите во Телефонската преведувачка служба (на тел.131 450) кои ќе ви помогнат да се јавите во Здружението.

Телефонските броеви се точни во времето на издавање на оваа информација, но не се обновуваат ако дојде до промена. Ќе треба да ги проверите во телефонскиот именик пред да се јавите.