

# Fibromyalgie

Fibromyalgie – Überblick, Hintergründe und therapeutische Chancen

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

EMPATHIE  
&  
EXPERTISE

Über 25 Jahre Erfahrung in  
ganzheitlicher Medizin,  
Naturheilpraxis & Pharmazie!



EVIDENZ  
&  
ERFAHRUNG

Erfahrungsheilkunde und  
moderne Forschung für  
nachhaltige Fortbildungen!



EXCELLENZ  
&  
ERKENNTNISSE

Vom Lernen zum Können!  
Wir machen Fachwissen sofort  
anwendbar!



Unsere Werte sind dein Mehrwert

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

## Haftungsausschluss

Die Inhalte dieser Präsentation dienen ausschließlich der Information und Weiterbildung.  
Sie ersetzen keine individuelle medizinische Beratung, Diagnose oder Therapieentscheidung.

Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte wird keine Haftung übernommen.

Mit der Teilnahme akzeptierst du diesen Haftungsausschluss.

## Urheberrecht

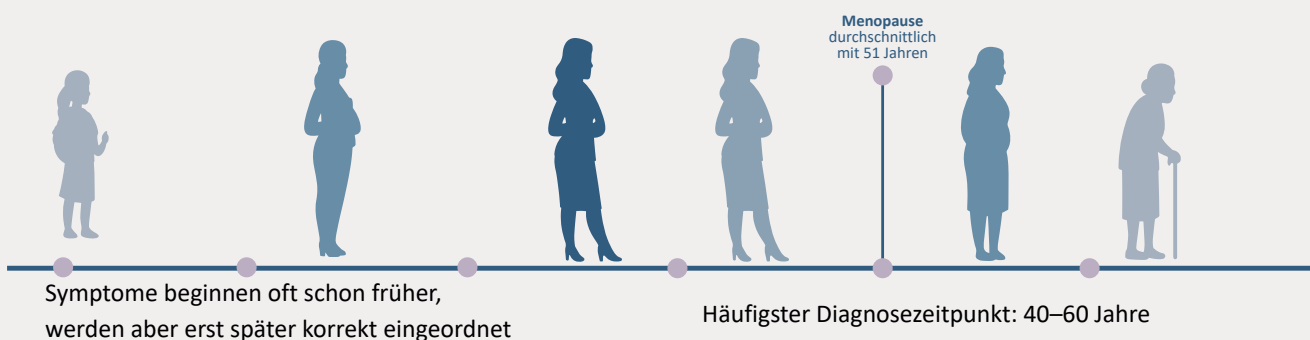
Die Inhalte dieser Präsentation, einschließlich aller Skripte, Grafiken und Bilder, sind urheberrechtlich geschützt und ausschließlich für die persönliche Nutzung durch den angemeldeten Teilnehmer bestimmt.

Eine Vervielfältigung, Weitergabe, Veröffentlichung, Aufzeichnung, Verbreitung oder sonstige Nutzung – auch auszugsweise – ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung der Seminarlounge by Marie Greiff & Experts nicht gestattet.

Vielen Dank, dass du unsere Arbeit und die Rechte aller Referentinnen und Referenten respektierst.

SEMINAR  
Lounge by Marie Greiff & Experts

## Fibromyalgie: 80–90 % der diagnostizierten Betroffenen sind Frauen.



SEMINAR  
Lounge by Marie Greiff & Experts

# Fibromyalgie

## Typische Facetten

- Chronische, wandernde Muskel- und Weichteilschmerzen
- Ausgeprägte Erschöpfung und Belastungsintoleranz
- Nicht erholsamer Schlaf
- Konzentrations- und Gedächtnisprobleme („Fibro-Fog“)
- Reizdarm, Blasenbeschwerden, Kopfschmerzen, Migräne
- Sensitivität gegenüber Geräuschen, Licht, Gerüchen
- Temperaturdysregulation, kalte Hände/Füße oder Hitzeempfinden
- Häufig Begleiterkrankungen wie Hashimoto, Reizdarm, Migräne oder Endometriose



Die Symptome wechseln, überlagern sich und imitieren andere Erkrankungen.

**Merke**

Fibromyalgie zeigt sich mit sehr unterschiedlichen Beschwerdebildern und wird deshalb häufig nicht erkannt oder falsch eingeordnet.

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

## Welche Ursachen sind möglich?

### Hypervigilanz und Stressreize

Chronische Aktivierung des autonomen Nervensystems mit verminderter parasympathischer Regulation

Dysregulation der HPA-Achse mit gestörter Cortisolrhythmik und Stressantwort

Persistierende zentrale Alarmbereitschaft mit Schlafstörungen und verminderter Regenerationsfähigkeit

### Schmerzverarbeitung & Neuropathie (SFN)

Zentrale Sensibilisierung mit verstärkter Schmerzsignalverarbeitung im Rückenmark und Gehirn

Hinweise auf Small-Fiber-Neuropathie bei einem Teil der Betroffenen (verminderte intraepidermale Nervenfaserdichte)

Gestörte inhibitorische Schmerzhemmung („descending pain inhibition“)

### Hormone & Polymorphismen

Einfluss hormoneller Umstellungsphasen (Perimenopause, Schilddrüse, Nebennierenachse) auf Schmerz und Fatigue

Polymorphismen in Neurotransmitter- und Stressverarbeitungswegen (z. B. Serotonin-, Catecholamin-Regulation)

Veränderungen in Östrogen-, Progesteron- und Schilddrüsenwirkung auf Schmerz- und Energieregulation

### Immunologie & Mitochondrien

Hinweise auf mitochondriale Energieproduktionsstörungen und erhöhten oxidativen Stress

Chronisch niedriggradige Immunaktivierung und entzündliche Signalwege

Diskutierte Trigger durch persistierende Infekte oder postinfektiöse Veränderungen des Immunsystems

Es gibt viele mögliche Auslöser und pathophysiologische Treiber der Fibromyalgie

Schon gewusst?

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

## Warum Fibromyalgie nicht psychosomatisch ist

Die Erkrankung entsteht nicht durch „Einbildung“ oder primär psychische Ursachen, sondern beruht auf messbaren Veränderungen:

- Veränderte zentrale Schmerzverarbeitung
- Störungen der Stressachsen-Regulation (HPA-Achse)
- Dysregulation des autonomen Nervensystems
- Schlafarchitektur-Störungen
- Neuroinflammation und gestörte Neurotransmitterbalance
- Häufig mitochondriale Dysfunktion und Energiemangel
- Mikrobiom- und Immunveränderungen



Psychische Belastungen können Symptome verstärken – sind aber nicht die Ursache.

**Merke**

**Fibromyalgie ist keine psychosomatische Erkrankung!**

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

## Schon gewusst?

Schmerz entsteht oft ohne sichtbare Gewebeschäden das Nervensystem verstärkt Schmerzsignale.

Bewegung hilft langfristig, obwohl Bewegung zunächst Schmerzen auslösen kann.

Viele Patientinnen zeigen Zeichen einer Stressachsen-Erschöpfung statt Stressüberaktivität.

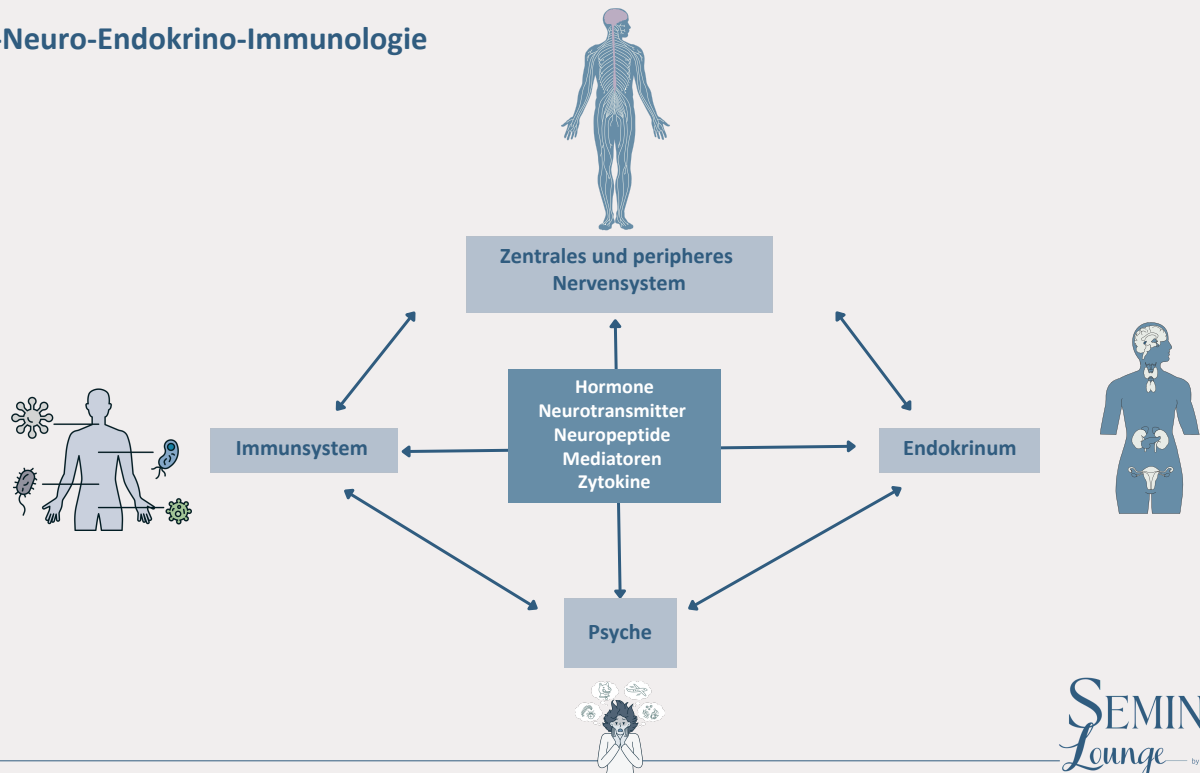
Schlafstörungen sind oft zentraler Krankheitsmotor.

Hormonelle Veränderungen (Perimenopause, Schilddrüse) beeinflussen die Symptomatik deutlich.

Fibromyalgie tritt gehäuft nach Infekten, Operationen oder chronischen Belastungsphasen auf.

SEMINAR  
Lounge by Marie Greff & Experts

## Psycho-Neuro-Endokrino-Immunologie



### Fazit

Fibromyalgie erfordert in der Praxis einen multimodalen, individuell angepassten Ansatz, der Schmerzverarbeitung, Schlaf, Stressregulation, Bewegung, Mikronährstoffstatus und Darm- sowie Hormonbalance gleichermaßen berücksichtigt.

Entscheidend ist eine langfristige, ressourcenorientierte Begleitung mit realistischen Therapiezielen statt rein symptomorientierter Behandlung.

Lust auf mehr Expertenwissen?



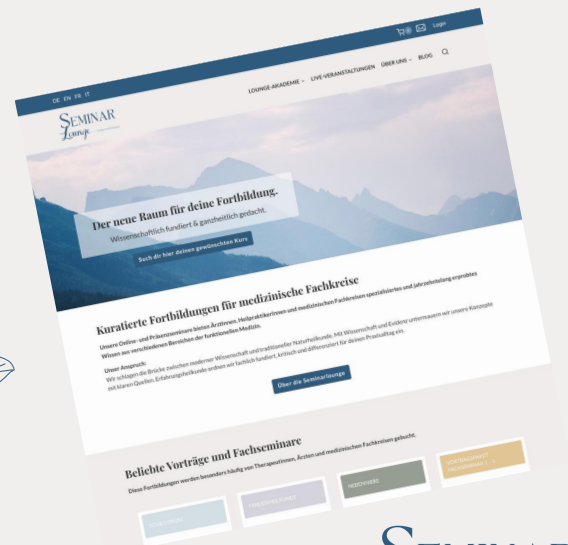
Buche dir mehr zum Thema Fibromyalgie

**Online-Seminar praxisnahe Fachfortbildung**

Diffuse Symptome, lange Leidenswege, frustrierte Patientinnen und oft hast man in der Praxis das Gefühl, therapeutisch „im Nebel“ zu arbeiten. Genau hier setzt diese Fachfortbildung an. Diese 12 teilige Vortragsreihe gibt dir sehr viel profundes Wissen zum Fibromyalgiesyndrom und möglichen Kausalzusammenhängen, denn daraus ergibt sich dir beste und wirksamste Unterstützung für die Patientinnen.



[www.seminarlounge.com](http://www.seminarlounge.com)



**SEMINAR**  
*Lounge* — by Marie Greff & Experts