

Liebe Mitglieder,

Mit unseren regelmäßigen Updates möchten wir Sie über aktuelle Entwicklungen in und um den Fatigatio e.V. informieren. Unsere Mailings möchten wir auch den E-Mail-fernen nicht vorenthalten. Ein regelmäßiges Versenden per Post ist etwa 4x im Jahr als Zusammenfassung geplant, 2x davon voraussichtlich gemeinsam mit den Mitgliederzeitungen. Bis dahin bitten wir jeweils um etwas Geduld! Empfänger der Mails möchten wir aber ermuntern, auf den Regionalgruppentreffen oder im Rahmen von Telefonaten mit E-Mail-fernen Betroffenen die Informationen bereits vorab weiterzugeben.

Natürlich ist das noch nicht optimal, aber perfekt braucht eben seine Zeit. Bis unsere neue Webseite installiert und mit einem Newsletter gekoppelt ist, haben wir uns für diese weniger perfekte Variante entschieden, um Sie dafür zeitnäher über die aktuellen Geschehnisse informieren zu können.

Inhalt:

- Mitgliederzeitung
 - Workshop Medien
 - Save The Date: Die Fachtagung am 31.08. 2019 in Stuttgart
 - International:
Skype Konferenz mit Linda Tannenbaum der OMF
Teilnahme an der Fachtagung 2019
 - Eröffnung des Charité Fatigue Centrum
 - 89. Bürgerdialog Bad Homburg
 - Regionalgruppen: Erlangen
 - Nahrungsergänzungsmittel mit Rabatten beziehen
-

Liebe Leserin und lieber Leser!

Mein Wohnzimmer hat eine Nord-West-Ausrichtung. Das ist schade, weil es im Winterhalbjahr recht dunkel ist. Aber dann kommt im März der Tag, an dem die ersten Sonnenstrahlen hineinleuchten. Zuerst nur ganz kurz, dann aber immer länger. Das ist für mich jeden Tag aufs Neue ein Grund zur Freude.

So geht es mir auch mit meinem ME/CFS. Es gibt diese dunklen Stunden und dann - man hat die Hoffnung fast aufgegeben - kommt wieder ein Hoffnungsschimmer, eine kleine Freude, ein Glücksmoment. Und darauf kommt es an.

Elisabeth Vogt-Mahmoud
erw. Vorstand Fatigatio e.V.

Der Vorstand des Fatigatio e.V. wünscht Ihnen und Ihren Angehörigen ein gesegnetes Osterfest

Mitgliederzeitung

Bei vielen liegt unsere druckfrische Mitgliederzeitung noch zum Schmökern in der Nähe. Wir bedanken uns bei unserer Redakteurin Frauke Bielefeldt und den Grafikern Markus Blatz und Thomas Kunze sowie allen anderen Helfern für diesen großartigen Neuauftritt des Print-Forums! Besonders schätzen wir ihren unermüdlichen Einsatz bei der Umsetzung ihrer Ideen und dass unsere Neuauflage rechtzeitig fertig wurde (was für Betroffene ein Arbeiten unter Zeitdruck bedeutete). Von vielen Mitgliedern erhielten wir auf allen Kommunikationswegen durchweg positive Rückmeldungen. Das neue Print Forum soll wieder von allen lesbar werden und ein Austausch für Mitglieder untereinander werden; wir freuen uns deshalb weiterhin auf rege Rückmeldungen zu allen Themen, die uns ME/CFS-ler beschäftigen: Schreiben Sie uns über Ihren Alltag mit ME/CFS, Ihre Erfahrungen mit den Ämtern, Ärzten, Rehas, von Behandlungserfolgen und Misserfolgen. Senden Sie uns ihre ME/CFS Geschichten, Gedichte und Buchempfehlungen. Über Karikaturen und Comics freuen wir uns besonders, denn wir haben unseren ganz eigenen Humor! Fotos aus der Liegeposition heraus aufgenommen können Mut machen und den Alltag Gleichgesinnter entschleunigen sowie den Blick auf die kleinen Freuden des Alltags richten.

Workshop Medien

Die ersten Aufrufe zur Mitarbeit in der Redaktion des Fatigatio waren erfolgreich, sodass wir mit einigen Mitgliedern in **Bad Hersfeld einen Workshop zum Thema Medien** durchführen konnten. Lesen Sie dazu hier einen ersten Beitrag von Melanie Schmidt: Zusammenfassung Medien-Workshop 15. - 17-2.2019 in Bad Hersfeld

...aus dem Dornröschenschlaf erwacht!

Neuorientierung = Gemeinschaftliche Stärke!

Ganz unter diesem Motto fand am 15.2. - 17.2.2019 der 1. Workshop für Print- und Onlinemedien in Bad Hersfeld statt, an dem Interessierte/Mitglieder/innen etwas hinter die Kulissen schauen durften um sich zukünftig unterstützend ein zu bringen.

Wolfgang Lauterbach, der seit Jahren als Kassenwart und Administrator für den Fatigatio e.V. tätig ist, würde gerne die Einpflege von Texten abgeben und erläuterte einzelne Daten und Fakten über die aufwendige und auch kostspielige Auflage der Mitgliederzeitung. Man ist sich jedoch einig, dass die Mitgliederzeitung neben den Onlinemedien weiterhin bestehen soll. Betroffene und gesunde Angehörige sollen sich in Zukunft selbst mit einbringen können. An diesem Wochenende fanden sich bereits Helfer, die ab sofort bei der Texteinpflege auf der Homepage helfen, nach Rücksprache freigeben können, Facebook mit verfolgen, den YouTube Kanal überarbeiten, das Mailing in Form bringen oder noch weitere nötige Kontakte knüpfen. Ideen für die Aktualisierung der Homepage wurden gesammelt wie z.B. eine Übersetzung in mehrere Sprachen, Suchkriterien erweitern, etc. Man war sich einig, dass das Medium Internet stets aktuell gehalten werden muss, was aber nur mit vielen Helfern geschehen kann.

Redaktionsleitung, Frauke Bielefeldt, brachte mit der Schriftenreihe Nr. 43 eine frische Brise in die Lesegemeinschaft der Fatigatio-Mitglieder/innen und konnte mit auflockerndem Design und Übersichtlichkeit überzeugen. Besonders die persönliche Vorstellung der neuen Vorstandsmitglieder wurde sehr begrüßt. Nach einem zusammengefassten Autoren-Info wurden die Teilnehmer in die Welt des Schreibens und Bearbeitens entführt und konnten anschließend teilweise schon ihre Hilfe anbieten. Markus Blatz, ein Redaktionsmitglied aus Berlin, wurde in die Runde via Skype zu geschaltet. Er ist für die Grafik zuständig. Wie auch schon auf Seite 43 der Mitgliederzeitung der Aufruf gestartet wurde, werden weiterhin dringend Unterstützer/innen für die Redaktion gesucht, vor allem aber erfahrene Redakteure/innen, um vor allem die Übersicht der Redaktion und die Delegation auf mehreren Köpfen zu verteilen. Die Vorschau auf die Themen in der nächsten Schriftenreihe soll jeden Einzelnen zum Mitgestalten anregen. Ziel: Das ME/CFS Forum in Form der Mitgliederzeitschrift soll wieder persönlicher werden und die Mitglieder/innen zum Lesen und Verweilen einladen.

Auch Rüdiger Stump hieß am Samstag die Anwesenden herzlich willkommen und bedankte sich ganz herzlich bei Frauke Bielefeldt, ohne die es die Mitgliederzeitschrift Nr. 43 wahrscheinlich nicht gegeben hätte. „Gute Kommunikation sei als zentraler Punkt anzusehen und hat einen sehr hohen Stellenwert“, so Rüdiger Stump. Möchte man verständlich, aktuell, respektvoll und inhaltlich korrekt mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln kommunizieren, so benötigt es eine starke Gemeinschaft und gute Vernetzung.

Alles was die Zeitschriften betrifft, läuft unter anderem auch über den Schreibtisch von Elisabeth Vogt-Mahmoud und so konnte sie am Sonntag den Teilnehmer/innen mit ihrem Vortrag „Mit 25 Schritten zur neuen Rechtschreibung“ die wichtigsten Regeln an die Hand geben, die eine einheitliche und sichere Textverarbeitung ermöglichen.

Es wurde vieles von den Teilnehmer/innen selbst genannt, wie man weitere Fäden zieht und Kontakte knüpft oder wieder aufleben lässt. Diesen Esprit und das Tempo liebt besonders Birgit Gustke. Denn sie ist bereits nach kurzer Zeit als Vorstandsmitglied dafür bekannt, dass sie „keine kleinen Brötchen backt“. Einige große Projekte sind angedacht, die unter anderem die Betroffenheit von Kinder und Jugendlichen mit Ihren Angehörigen noch deutlicher machen sollen. In ihrem Kopf kreisen viele gute Ideen, es müssen noch viele Kontakte hergestellt und viele dann bei der Umsetzung mitwirken. Sie führte die Anwesenden durch den gesamten Workshop und regte an, Schwerpunkte und Wünsche zu nennen sowie sich zu trauen auch negative Aspekte zu äußern. Ziel war es, heraus zu finden, wie sich jeder mit einbringen kann. Tolle Diskussionsrunden entstanden und man musste viele Ideen oder Anregungen leider hinten anstellen, da die Zeit begrenzt war. So war es ebenfalls stets Birgit Gustke, die den gesamten Rahmen im Blick hatte und einen zielführenden Abschluss ermöglichte. Fazit: Erwartungen an den Medien-Workshop erfüllt.

Lob an den neuen Vorstand: Es weht ein frischer Wind, das kann man deutlich spüren!

Erlangen, 18.02.2019

Fachtagung 2019

SAVE THE DATE! Unsere diesjährige Fachtagung findet am 31.08.2019 und die Mitgliederversammlung am 01.09.2019 in Stuttgart im Hotel Campus Guest statt. Der Fatigatio hat für Selbstzahler ein zusätzliches Zimmerkontingent von 20 Zimmern zu 59EUR/Nacht gebucht, die bis zum 09.08.19 abgerufen werden können.

Wir freuen uns über die Zusage der Referenten:

1. Prof. Uta Behrends, Mitglied der EUROMENE, Leitende Oberärztin der Kinder Poliklinik München, Schwabing (Forschungsschwerpunkt EBV); Hämatologie und Immunologie, Pädiatrische Tumordiagnostik
2. Prof. W. Huber, Internist, Nephrologe, Umweltmediziner
3. Dr. Steininger, Virologie Uni Erlangen
4. Dr. Bhupesh Prusty, Mitglied der EUROME, Virologie Uni Würzburg, Gewinner des Ramsay Award
5. Linda Tannenbaum, CEO der OMF (Open medicine foundation), Stanford, via Skype Konferenz.

International:

Open Medicine Foundation

Unter der Adresse <https://www.omf.ngo/>, unter „news/translations“ findet man alle Studien in 15 Sprachen übersetzt. Unter <https://www.omf.ngo/2019/01/25/zusammen-stieg-unsere-gemeinschaft-2018-auf/?lang=de> kann man die Erfolge des letzten Jahres der OMF nachlesen. Wer möchte, kann sich für den regelmäßigen Newsletter anmelden. (Bitte mit Angabe „Deutschland“). Auch hier wird der Text nach Wahl automatisch ins Deutsche übersetzt. Wir danken Linda Tannenbaum für ihr großes Engagement in der ME/CFS Community.

In einer Skypekonferenz mit Linda Tannenbaum, CEO und Begründerin der Open Medicine Foundation aus Californien, konnten wir den Fatigatio als deutschsprachige ME/CFS Patientenorganisation in D, AU und der CH vorstellen. Linda Tannenbaum war begeistert, dass unsere Organisation schon seit 25 Jahren ME/CFS Betroffenen hilfreich zur Seite steht. Sie möchte uns und unsere Mitglieder näher kennen lernen und bot an, auf unserer Fachtagung im August in einem Skype-Vortrag Neues aus den von der OMF finanzierten Studienergebnissen zu berichten. Darüber freuen wir uns ganz besonders. Gemeinsam sprachen wir über eine mögliche internationale Fachtagung mit hochrangiger Besetzung in 2020.

Sie stellte uns das digitale Symptomtagebuch vor und fragte, ob in Deutschland daran Interesse bestünde: Patienten geben ihre aktuellen Symptome und Beschwerden in die Maske ein und erhalten so, unter Berücksichtigung der Medikamente und Aktivitäten, einen Überblick über den Verlauf ihrer Erkrankung. Die Forscher erhalten ihrerseits Informationen, die sie in Studien auswerten und damit zu einer Gesamtauswertung von Einflussfaktoren kommen können.

Birgit Gustke

Eröffnung des Charité Fatigue Centrums in Berlin

Am 21.03.19 folgte der Fatigatio einer Einladung von Frau Professor Scheibenbogen zur Eröffnung des neu gegründeten Charité Fatigue Centrums in Berlin.

Geladene Gäste waren neben Ärzten und Wissenschaftlern auch alle ME/CFS-Selbsthilfeorganisationen. So konnten bis zum Beginn der Vorträge schon erste Gespräche mit Vertretern der Deutschen Gesellschaft für ME/CFS, Frau Professor Scheibenbogen und Frau Dr. med. Patricia Grabowski geführt werden.

Herr Professor Hans-Dieter Volk, Direktor des BCRT, hieß alle Gäste willkommen und nutzte die einführenden Worte zum Lob der Leistungen, Arbeiten und Ausdauer von Frau Professor Scheibenbogen in ihrem Kampf zur Anerkennung von ME/CFS. Damit wird nach vielen Jahren ME/CFS auch von der Charité als körperliche Erkrankung anerkannt, was als ein großer Fortschritt zu werten ist.

Professor Scheibenbogen stellte das Fatigue Zentrum als ein interdisziplinär arbeitendes Institut vor, bei dem sich Ärzte und Wissenschaftler der Charité zusammengeschlossen, um gemeinsam nach Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten der chronischen Fatigue suchen. Geplant sind regelmäßige Vorträge, Studien, Austausch sowie Fortbildungen zur Thematik.

Professor Friedemann Paul von der Klinik für Neurologie berichtete über der Stand der Multiplen Sklerose und der begleitenden Fatigue, während PD Dr. Anne Letsch von der Klinik für Hämatologie zu dem Thema „Fatigue bei Krebs, dem wichtigsten unbehandeltem Symptom“ referierte (CrF: Cancer related fatigue). Eine Betroffene schilderte anschließend sehr eindringlich von einem Leben mit CrF und den vielfältigen Einschränkungen.

Anschließend folgte der Vortrag: „Chronisches Fatigue Syndrom: Die ignorierte Krankheit“, von Professor Scheibenbogen. Sie stellte neben dem aktuellen Stand der Forschung auch heraus, dass das eigentlich für ME/CFS typische Symptom PEM (Post Exertional Malaise) auch bei anderen Erkrankungen im Zusammenhang mit Fatigue auftreten kann, so z.B. bei der CrF (Cancer related Fatigue), Multipler Sklerose oder dem Sjögren-Syndrom. Des Weiteren berichtete sie von steigendem Interesse von Haus- und Fachärzten an Fortbildungen über das Thema CFS im Großraum Berlin Brandenburg.

Die Situation der ME/CFS Erkrankten stellte Sebastian Musch von der Deutschen Gesellschaft für ME/CFS dar und verwies dabei auf weitestgehend fehlende Aus- und Fortbildung der Ärzteschaft sowie auf die weltweit fehlenden Forschungsgelder.

Beim anschließenden Come together im Rahmen eines kleinen Imbisses nutzten die Vertreter des Fatigatio-Vorstands die Möglichkeit zum Informationsaustausch mit anderen Veranstaltungsteilnehmern aus dem In- und Ausland, die aus Ärzten, Wissenschaftlern, Vertretern von Industrie, Vereinen und Verbänden sowie Betroffenen bestanden. Dies wurde

auch allseits rege genutzt. So ergab sich für Rüdiger Stumpp u.a. die Gelegenheit zum Gespräch mit Vertretern des Hauses Fresenius, die die Arbeit der Charité bereits finanziell unterstützen. Sie zeigten sich aber von den Schilderungen zur Schwere des Krankheitsbildes von ME/CFS und den Auswirkungen auf die Lebensqualität von Patienten und deren Familien und Freunden sehr betroffen.



Diese neu gewonnenen Eindrücke nahmen sie mit und wollten sie an Kollegen und Entscheidungsträger im Unternehmen übermitteln. In einem weiteren Gespräch mit einer Hausärztin aus dem Großraum Berlin zeigte sich, wie wichtig das persönliche Engagement dieser Berufsgruppe für eine großflächige Versorgung von ME/CFS-Patienten ist. Sie betreut bereits mehrere Personen und berichtete u.a. von der minimalen finanziellen Kompensation für diese wichtige Arbeit. Hier besteht großer Handlungsbedarf seitens Politik und Krankenkassen, damit allen Betroffenen endlich eine angemessene ärztliche Versorgung zuteilwird. Herr Stumpp dankte ihr für diesen Einsatz und ermutigte sie, auch anderen Kollegen die hohe Wertschätzung der Patienten für dieses uneigennütziges Handeln zu vermitteln. In weiteren Gesprächen des Fatigatio-Vorstands zeigte sich großes Interesse verschiedener Wissenschaftler an Symptomen von Betroffenen, deren bisheriger Diagnostik sowie an gemeinsamen Studien mit Patienten zum Thema Mikrobiom und ketogener Ernährung.

Birgit Gustke

89. Bürgerdialog Bad Homburg

Am 1. April fand in Bad Homburg der 89. Bürgerdialog der Hochtaunuskliniken zum Thema „Fatigue“ statt. Der Bundesverband Fatigatio e.V. war eingeladen, diese Veranstaltung mit einem Vortrag und einem Infostand zu unterstützen. Im Vorfeld wurde über einen Presseartikel der Bad Homburger Tageszeitung auf die Veranstaltung hingewiesen. Die Geschäftsstelle des Fatigatio informierte seine Mitglieder aus dem Raum Frankfurt und Osthessen über den Versand der Flyer per E-Mail.

Vor der Veranstaltung bot sich Vereinsmitgliedern, interessierten Betroffenen, Vertretern von Pflegediensten, des Roten Kreuzes und den Mitreferentinnen die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen sowie der Kontaktabbauung mit Herrn Rüdiger Stumpp (Stv. Vorsitzender) sowie Birgit Gustke (Erweiterter Vorstand).

Vor etwa 80 Interessierten referierte anschließend zuerst Frau Dr.med. Heringlake, Onkologin an den Hochtaunuskliniken, über die medizinischen Aspekte der Fatigue Symptomatik und weitere Erkrankungen mit Fatigue-Beteiligung. Dabei nannte sie auch CFS sowie die Kanadischen Kriterien als Diagnosemöglichkeit.

Anschließende Themen waren die Erscheinungsformen der tumorbedingten Fatigue und therapeutische Interventionen, vorgestellt von Frau Susanne Abbas, Psychoonkologin an den

Hochtaunuskliniken. Nach ihr erhält, wer über das jeweilige Krankheitsbild, Zusammenhänge und Verlaufsformen informiert ist, mehr Sicherheit im Umgang mit z.B. der Zustandsverschlechterung (PEM), die in der Regel nach einigen Tagen wieder nachlässt. Mit diesem Hintergrundwissen lässt sich diese schwere Zeit leichter und stressfreier überstehen. Auch das Führen von Symptomtagebüchern sei eine unterstützende Maßnahme zur Einschätzung und Planung eigener Aktivitäten. Als hilfreich wurde auch das „Pacing“, also die Anpassung der Aktivitäten und Vorhaben an die eigenen Ressourcen, empfohlen.

Im dritten Vortrag des Abends stellte Birgit Gustke den Zuhörern das Krankheitsbild ME/CFS aus Sicht von Betroffenen dar. In einer authentischen und von langjähriger persönlicher Erfahrung geprägten Präsentation lud sie die Zuhörerschaft ein, einen Patienten, der über einen Infekt oder anderen Auslöser aus dem aktiven Leben gerissen wurde und unter schweren Symptomen leidet, beim Arztgespräch zu begleiten.



Sie ging dabei sehr detailliert auf die häufig durch mangelnde Sachkenntnis gestellten Fehldiagnosen (F48) und -therapien (Bewegung) sowie die daraus resultierenden schwerwiegenden Folgen für den Gesundheitszustand der Patienten (PEM/PENE) ein. Ebenso beschrieb sie die harten Konsequenzen fehlender Akzeptanz durch Krankenkassen (z.B. psychosomatische Reha, Nichtexistenz der G93.3 Diagnose) und Behörden (fehlende Anerkennung von BU, Pflegegraden und Fernbeschulung). Dies hat zur Folge, dass dringend benötigte Forschungsgelder nicht bereitgestellt werden und notwendige Erkenntnisfortschritte, sowohl national als auch international, fast ausschließlich auf Basis von Spendengeldern erzielt werden müssen. Zwar nehmen die wissenschaftlichen Aktivitäten in diesem Bereich sehr langsam Fahrt auf, liegen aber immer noch weit hinter denen für andere schwere Krankheitsbilder zurück. Die Zuhörer zeigten sich von dieser Situation sehr betroffen, vor allem, weil ihnen das Krankheitsbild bis dahin weitgehend unbekannt war. Selbst die Vorrednerinnen waren erschrocken von der Lage Betroffener und der Schwere dieser Erkrankung. Am Ende des Vortrags wurden die Möglichkeiten zur Unterstützung und Hilfestellung, die der Fatigatio e.V. und andere Organisationen den betroffenen Patienten anbieten können vorgestellt.

In einer abschließenden Diskussionsrunde mit allen Referentinnen hatten die Besucher noch die Gelegenheit ihre diesbezüglichen Fragen zu stellen. Auch hier zeigte sich klar, dass ein hoher Bedarf an qualifizierten Kontaktstellen besteht, um erkrankten Personen in vieler Hinsicht Hilfestellung im Umgang mit diesem Krankheitsbild zu geben. Dabei erfuhr das Publikum noch von einer anwesenden Mutter, von deren Kindern drei von vier an ME/CFS erkrankt sind, dass es auch in solch



einer besonderen Situation keine Unterstützung in Form von Rehakliniken gibt, während für Tumorfatigue in nahezu jeder Stadt staatlich geförderte Beratungszentren existieren.

Insgesamt war es eine gelungene Veranstaltung, die wieder sehr eindrucksvoll gezeigt hat, wie hoch der Informationsbedarf in der Bevölkerung aber auch bei Medizinern im Bereich von ME/CFS tatsächlich ist und wie der Fatigatio e.V. u.a. durch aktive Aufklärungsarbeit hierzu einen sehr wertvollen Beitrag leisten kann.

Birgit Gustke

Regionalgruppen

Es gibt eine neue Selbsthilfegruppe in Erlangen:

Selbsthilfegruppe chronisches Erschöpfungssyndrom ME/CFS Erlangen

3. Dienstag jeden 2. Monat, jeweils 15:00 – 16:00 Uhr

Kulturpunkt Bruck
Gruppenraum II im Keller
Fröbelstraße 6
91058 Erlangen
Siehe auch:

<http://www.kulturpunkt-bruck.de/treffsgruppen/>

<https://kiss-mfr.de/>

Ansprechpartner Melanie Schmidt

Tel.: 0913/9261902 von Mo-Fr zwischen 16:00 und 20:00 Uhr, melanie.schmidt.eryl@gmx.de

Nahrungsergänzungsmittel

Viele Mitglieder erfahren eine Unterstützung durch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM). Auch in zahlreichen Veröffentlichungen wird vom Mangel an verschiedenen Mikronährstoffen oder Co-Faktoren im Stoffwechsel berichtet. So vielfältig die Auswahl an möglichen NEMn ist, so vielfältig sind ihre Anbieter. Jeder bevorzugt andere Firmen, verträgt die Produkte der Firma X besser als die der Firma Y. Mancher verträgt nur isolierte Reinstoffe, andere vertragen Kombiprodukte.

Die folgende vorgenommene Auflistung von Firmen stellt keine Werbung oder Empfehlung dar. Sie soll lediglich unseren Mitgliedern die Möglichkeit bieten, durch Information über vereinbarte Rabatte eine Kostenersparnis bei der Beschaffung bestimmter NEM zu erzielen. Dem Fatigatio e.V. oder einzelnen Mitgliedern entstehen hieraus keine Vorteile.

Diese hier als stichpunktartige Information zusammengestellte Liste beruht rein auf Erfahrungswerten von Betroffenen. Sie stellt keine Empfehlung des Vereins dar und erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit, soll aber von Zeit zu Zeit ergänzt werden.

Die Preisnachlässe für Fatigatio-Mitglieder bei verschiedenen Anbietern können bei manchen Anbietern nur bei telefonischer, bei anderen nur bei online Bestellung gewährt werden. Bitte immer angeben, dass man Fatigatio-Mitglied ist und die Mitgliedsnummer nennen.

Alle Angaben ohne Gewähr!

MSE-Pharmazeutika / Dr. Enzmann

MSE stellt kostenlose Produktproben zur Verfügung um die Verträglichkeit testen können z. B. Sinamit Q 10, verschiedene Vitamine und Mineralstoffe, Quinomit lässt sich aus technischen Gründen nicht als Probe abfüllen

www.mse-pharma.de

Fatigatio-Mitglieder können zu Apothekerpreisen einkaufen

- bei Quinomit fluid 50 ml macht das z. B. eine Ersparnis von ca. 38,- €
- Ansprechpartnerin: Frau Sandra Förster Tel. 06172 / 676330

Husaren-Apotheke Illingen

Die Husarenapotheke schickt kostenlose Produktproben um die Verträglichkeit testen zu können

- Große Auswahl an NEMs und Reinstoffpräparaten
- Individuelle Rezepturen möglich

Homepage ist etwas dürftig www.husarenapo.de; die meisten Produktinformationen sind nicht auf der HP zu finden, deshalb am besten telefonisch unter 06825-047910 nachfragen.

- Preisliste für Eumetbol – S-Acetylglutathion www.paramedica.de/downloads/Rezeptur-Liste_Preisliste.pdf

Fatigatio-Mitglieder erhalten 5% Nachlass auf S-Acetylglutathion

- 10% Nachlass auf fast alles andere
- 20% Nachlass auf Produkte der Firma Endima
- Ansprechpartnerin: Frau Dillmann Tel. 06838 / 861420

Deltastar Nutrients

<http://www.deltastar.nl/>

- 20% Nachlass für Mitglieder auf Martin-Pall-Produkte
- Ansprechpartnerin: Manuela Arlt Tel. 0031 – 773969161

Prof. Birkmayer Laboratorien

Für Mitglieder 33% auf NADH-Produkte (ENADA), - Ansprechpartnerin: Stefanie Kratschmar 0043 – 14082563

<http://birkmayer.com/>

Apotheke Eyb - Ansbach

Individuelle Anfertigung von LDN-Kapseln (Low Dose Naltrexon), (nach Wunsch 0,5mg-4,5 mg LDN), Eyber Straße 74 ,

91522 Ansbach, Tel: 0981-46603501, Fax: 0981-46603502

Apotheke im Rott

(Preiswerte Bezugsquelle für hochwertigen, reinen indischen Weihrauch, der normalerweise relativ teuer über eine internationale Apotheke bestellt werden muss: Sallaki, 400 mg, Boswellia serr., Fa. Gufic, 100 Stück, 25,- €)
Marie-Bernays-Platz 2, 68309 Mannheim, Tel: 0621-7248088, Fax: 0621-7187918

Klösterl-Apotheke München

<https://www.kloesterl-apotheke.de/>

Marien-Apotheke Neukirchen

Diese Apotheke stellt Medikamente, NEMs und Haut-Produkte für die Spezialklinik Neukirchen her und beliefert diese

www.marien-apotheke24.de

- Die Homepage ist nicht sehr ergiebig, allerdings erhält man eine sehr gute telefonische Beratung oder Beratung vor Ort

- Herstellung individueller Rezepturen, Kosmetika, Tees.....

www.shop.andavit.com

Für Bestellungen von Mitgliedern des Bundesverbandes Fatigatio e.V. wurde ein Rabatt von 15% auf alle Produkte ab einem Mindestbestellwert von 150,00 € eingerichtet. NUR über den Onlineshop auf shop.andavit.com bestellbar mit Gutscheincode - Fatigatio15.

Qualitativ hochwertige Präparate die kaum Füllstoffe, Farbstoffe usw. beinhalten, zu angemessenen Preisen gibt es unter anderem von

- MECOLINE www.mecoline.com

- NICAPUR www.nicapur.at

- NOW - Now Foods ist eine Amerikanische Firma (offizielle Homepage: <http://www.nowfoods.com/>), Import über die Niederlande problemlos in deutschen Apotheken zu beziehen

- PODOMEDI -WOSCHA Vitalstoffe www.podomedi.com/woscha-vitalstoffe/

- BIOGENA www.biogena.de

- PURE ECAPSULATION www.purecaps.net/de_AT/

- NATURE SOWN – Das sind die „Hausprodukte“ der Praxis in Cham

www.gesundheitspark-cham.de

- DELTASTAR www.deltastar.nl

Tipp:

Meistens ist es günstiger, gängige Supplements und Ähnliches über Internet-Apotheken und andere Online-Anbieter zu bestellen (trotz Versandkosten). Es lohnt sich Preis- und Qualitätsvergleiche durchzuführen. Die Preise und Versandkosten sowie die Seriosität der Anbieter und die Qualität der Produkte unterscheiden sich aber zum Teil erheblich.

Über verschiedene Portale lässt sich der jeweils günstigste Anbieter für das gesuchte Präparat finden und ein Preisvergleich inkl. Versandkosten erstellen, Beispielsweise über:

- Idealo.de
- Medizinfuchs.de
- Medvergleich.de
- Sparmedo.de
- dooyoo.de