

# Kjenner du noen med ME?

**Vet du.....** at overbelastninger gjør symptomene verre? For noen kan det å ta seg en dusj være for mye. For dem som er aller hardest rammet kan det å flytte på en arm utløse en storm av symptomer.

**Vet du.....** at det kan ta dager eller måneder å komme seg etter en forverring når man har gått utover grensene sine?

**Vet du.....** at det antas at ca. 10.000 - 15.000 mennesker i Norge har ME?



**Med kunnskap om ME**  
– kan du gi viktig støtte

**Vet du.....** at de som er rammet av ME føler seg syke hele tiden? Med de fleste av disse symptomene:

- Konstant sykdomsfølelse
- Influensaliknende symptomer
- Sår hals
- Hodepine
- Søvnforstyrrelser
- Konsentrasjonsproblemer
- Nedsatt hukommelse
- Hjerterytmeforstyrrelser
- Mage- og tarmproblemer
- Muskel- og leddsmerter
- Nevrologiske smerter
- Overfølsomhet for sanseinntrykk
- Anstrengelsesutløst utmattelse
- Unormalt lang restitusjonstid



## Fakta om Myalgisk Encefalopati:

- Utløsende årsak er oftest en infeksjon • Rammer voksne og barn av begge kjønn •
  - Forekommer i alle etniske grupper og sosiale lag •
- Forskning viser feil i immunapparatet, sentralnervesystemet og energistoffskiftet •

### Norges ME-forening jobber for ME-saken og krever:

- mer forskning på området
- bedre opplæring av helsepersonell
- økt forståelse for ME
- bedre tilbud innen utredning av ME
- bedre tilbud innen pleie og omsorg av ME-syke
- å sikre rettigheter for ME-syke

## Ønsker du mer informasjon?

[www.me-foreningen.info](http://www.me-foreningen.info)

 @MEforeningen

[post@me-foreningen.no](mailto:post@me-foreningen.no)

Tlf: 21 68 81 50

