



## Fatigue-Test erstmals in deutscher Sprache

Von *DeltaStar*

Erstellt am 15 Nov 2013 - 15:24

Auf [nt-factor.info](http://nt-factor.info) steht den Nutzern ab sofort ein Test zur Verfügung, mit dem sich der Grad des Erschöpfungssyndroms Fatigue online ermitteln lässt.

Fatigue bezeichnet ein subjektives, anhaltendes Gefühl von Erschöpfung und Müdigkeit, das durch ausreichend Schlaf kaum verringert wird und die körperlichen, geistigen und emotionalen Funktionen der Betroffenen teilweise erheblich beeinträchtigt. Die international gängigste Methode, einen solchen Erschöpfungszustand möglichst akkurat zu bestimmen, ist die sogenannte Piper Fatigue Self-Report Scale. Bislang lag dieser 22 Fragen umfassende Selbstbeurteilungstest nur in englischer Sprache vor.

Dies wird sich nun ändern: Neben ausführlichen Informationen rund um das Thema Fatigue bietet die Internetplattform [nt-factor.info](http://nt-factor.info) ab sofort eine deutsche Version des Tests an. Unter [www.nt-factor.info/fatigue/test](http://www.nt-factor.info/fatigue/test) [1] kann der Test jederzeit kostenlos durchgeführt werden. Die Beantwortung der 22 Fragen, die jeweils auf einer Skala von 1 bis 10 erfolgt, nimmt nur wenige Minuten in Anspruch. Direkt im Anschluss erhalten die Nutzer eine ausführliche Auswertung ihres Tests.

Die Auswertung liefert wichtige Rückschlüsse auf die individuelle Ausprägung der Fatigue-Symptome. Berücksichtigt wird in dem Test der Einfluss einer Fatigue auf die physische, psychische sowie emotionale Ebene der Betroffenen. Anhand des Ergebnisses lässt sich der Ausprägungsgrad einer Fatigue so genau wie möglich bestimmen. Bei einem Resultat zwischen 1 und 3 liegt eine leichte, bei 4 bis 6 eine gemäßigte und bei 7 bis 10 eine ernsthafte Form von Fatigue vor.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:21):** <http://medkom24.eu/node/18452>

### Links:

[1] <http://www.nt-factor.info/fatigue/test>