



Nachfolgend die **Diagnosekriterien** für CFS/ME aus dem „**Kanadischen Konsensdokument**“. Es soll angekreuzt werden, welche Diagnose-Kriterien für Sie zutreffen, wenn Sie unter CFS/ME leiden. Ein Kreuz bedeutet „spürbar vorhanden, zwei Kreuze bedeuten „mittelstark vorhanden“, drei Kreuze bedeuten „stark vorhanden“. Es kann auch markiert / unterstrichen werden, was zutrifft, bzw. es kann durchgestrichen werden, was nicht zutrifft. Auch Teile von einzelnen Punkten können ggf. gestrichen werden.

<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>1. Erschöpfung:</b> Der Patient muss unter einem deutlichen Ausmaß einer neu aufgetretenen, anderweitig nicht erklärbaren, andauernden oder rezidivierenden körperlichen oder mentalen Erschöpfung leiden, die zu einer erheblichen Reduktion des Aktivitätsniveaus führt.
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>2. Zustandsverschlechterung und/oder Erschöpfung nach Belastung:</b> Es liegt ein unverhältnismäßiger Verlust von körperlicher und geistiger Ausdauer und eine rasche muskuläre und kognitive Ermüdbarkeit vor. Nach Belastung kommt es zu einer Zustandsverschlechterung und/oder Erschöpfung und/oder Schmerzen sowie einer Tendenz zur Verschlimmerung anderer Symptome innerhalb des Symptommusters des Patienten. Die Erholungsphase ist pathologisch verlangsamt und dauert gewöhnlich 24 Stunden oder länger.
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>3. Schlafstörungen:</b> Der Schlaf ist von der Qualität oder Menge her nicht erholsam oder es liegen Störungen des Schlafrhythmus vor wie etwa eine Vertauschung des Tag-Nacht-Rhythmus oder chaotische Tagesschlafrhythmen.
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>4. Schmerzen:</b> Es liegt ein deutliches Ausmaß an Schmerzen vor, sie treten in den Muskeln auf und/oder in den Gelenken, sind oft generalisiert und wandernd. Häufig treten erhebliche Kopfschmerzen eines neuen Typus, Musters oder Schweregrads auf.
	<b>5. Neurologische/Kognitive Manifestationen:</b>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Verwirrtheit
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Beeinträchtigung der Konzentrationsfähigkeit und der Konsolidierung des Kurzzeitgedächtnisses
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Desorientiertheit,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Schwierigkeiten mit der Informationsverarbeitung, mit Kategorienbildung und Wortfindung
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Wahrnehmungs- und sensorische Störungen - z.B. räumliche Unsicherheit und Desorientierung
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Unfähigkeit, den Blick zu fokussieren
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Ataxien (Bewegungs Koordinationsstörungen)
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Muskelschwäche
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Muskelzuckungen
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Es können Überlastungsphänomene auftreten: bei kognitiven oder sensorischen Einflüssen und/oder Belastungen oder bei emotionaler Überbelastung kann es zu Rückfällen im Sinne eines „Crashs“ (im Sinne einer vorübergehende Phase von lähmender körperlicher und/oder kognitiver Erschöpfung) und/oder Angstzuständen kommen.
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Lichtempfindlichkeit
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Überempfindlichkeit gegenüber Lärm
	<b>6a. Autonome Manifestationen:</b>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	orthostatische Intoleranz - neural vermittelte Hypotonie (NMH),
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Posturales Tachykardiesyndrom (POTS)
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	verzögerte posturale orthostatische Intoleranz
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Benommenheit
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	extreme Blässe
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Übelkeit und Reizdarmsyndrom
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Störungen der Miktionsfrequenz und Blasendysfunktion
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Herzklopfen mit oder ohne Herzrhythmusstörungen
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Kurzatmigkeit nach Belastung



	<b>6b. Neuroendokrine Manifestationen:</b>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Verlust der thermostatischen Stabilität - subnormale Körpertemperatur mit ausgeprägten Tagesschwankungen,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	episodisches Schwitzen,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	rezidivierendes Fiebergefühl und kalte Extremitäten,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Intoleranz gegenüber Hitze- und Kälteextremen,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	deutliche Gewichtsveränderungen, Anorexie oder anormaler Appetit,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Verlust der Anpassungsfähigkeit und Symptomverstärkung bei Stress.
	<b>6c. Immunologische Manifestationen:</b>
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	schmerzhafte Lymphknoten,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	wiederkehrende Halsschmerzen,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	wiederkehrende grippeähnliche Symptome,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	allgemeines Krankheitsgefühl,
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	neu auftretende Überempfindlichkeiten gegen Nahrungsmittel, Medikamente und / oder Chemikalien.
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>7. Die Krankheit muss seit mindestens sechs Monaten bestehen:</b> Der Beginn ist gewöhnlich abrupt und klar erkennbar, obwohl er auch schleichend sein kann. Eine vorläufige Diagnose kann auch zu einem früheren Zeitpunkt gestellt werden. Bei Kindern ist ein Zeitraum von drei Monaten angemessen. Symptome dürfen dann in die Bewertung einbezogen werden, wenn sie mit oder nach Ausbruch der Krankheit eingesetzt haben oder sich nach Beginn der Erkrankung deutlich verändert haben. Es ist wahrscheinlich, dass ein Patient an allen Symptomen leidet, die in den Kriterien 5 und 6 aufgelistet werden. Bei dieser Erkrankung besteht eine Tendenz zur Bildung von Symptomgruppen, die im Verlauf der Zeit in ihrer Ausprägung schwanken oder sich verändern können. Kinder haben oft zahlreiche, markante Symptome. Diese neigen jedoch dazu, in der Rangfolge ihrer Stärke von Tag zu Tag zu variieren. Es gibt eine kleine Anzahl an Patienten, die keine Schmerzen oder Schlafstörungen haben, aber dennoch trifft auf sie keine andere Diagnose zu als ME/CFS.

ZUTREFFEND SIND FÜR MICH \_\_\_\_\_ PUNKTE