

## Kanadische Kriterien 2003, modifiziert

### Patienteninformation

Name ..... Vorname .....  
geb. .... Datum .....

**Bitte kreuzen Sie die für Sie zutreffenden Symptome an.**

### 1. Zustandsverschlechterung nach Belastung und Erschöpfung

- deutliches Ausmaß einer neu aufgetretenen, anderweitig nicht erklärbaren, andauernden oder wiederkehrenden körperlichen oder mentalen Erschöpfung, die zu einer erheblichen Reduktion des Aktivitätsniveaus führt
- Erschöpfung, Verstärkung des schweren Krankheitsgefühls und/oder Schmerzen nach Belastung mit einer verzögerten Erholungsphase (Sie benötigen mehr als 24 Stunden, um sich zu erholen)
- Die Symptome können durch jede Art von Anstrengung oder Stress verschlechtert werden

### 2. Schlafstörungen

- Einschlafstörungen
- Durchschlafstörungen
- Veränderter Tag-Nacht-Rhythmus
- Schlaf führt zu keiner Erholung

### 3. Schmerzen

- Gelenkschmerzen
- Muskelschmerzen
- Es liegen keine Schwellungen oder Rötungen der Gelenke vor und/oder starke Kopfschmerzen eines neuen Typs, Musters oder Schweregrades

### 4. Neurologische/Kognitive Manifestation

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Beeinträchtigung der Konzentrationsfähigkeit und des Kurzzeitgedächtnisses | <input type="checkbox"/> Wahrnehmungs- und Sinnesstörungen |
| <input type="checkbox"/> Schwierigkeiten mit der Informationsverarbeitung, der Kategorisierung      | <input type="checkbox"/> Desorientierung oder Verwirrung   |
| <input type="checkbox"/> Wortfindungsstörungen  | <input type="checkbox"/> Bewegungskoordinationsstörungen   |
| <input type="checkbox"/> Zeitweise auftretende Lesestörungen  |  |

- Es kommt zu Überlastungserscheinungen (Rückfälle und/oder Ängste) durch:  
zu viele Informationen (kognitive Überlastung)  
zu viele Sinneseindrücke (Lichtempfindlichkeit und/oder Lärmempfindlichkeit)  
zu viel seelischem Stress

### 5. Autonome Manifestation

- Schnelle Lagewechsel (v.a. Liegen zum Stehen)  
führen zu Schwindel und/oder "Schwarzwerden vor Augen"
- Bei Lagewechsel tritt Herzrasen auf (POTS)
- Herzklopfen mit oder ohne Herzrhythmusstörungen
- Schwindel und Benommenheit
- Extreme Blässe
- Darmstörungen (diffuse Schmerzen, Brennen, Blähungen)
- Blasenstörungen
- Vasomotorische Instabilität
- Atemstörungen

### 6. Neuroendokrine Manifestation

- Häufig niedrige Körpertemperatur
- Hitze wird nicht gut vertragen
- Kälte wird nicht gut vertragen
- Appetitverlust
- Gesteigerter Appetit
- Gewichtszunahme
- Gewichtsabnahme
- Niedrige Blutzuckerspiegel
- Stress ist schlechter zu verarbeiten
- Stress führt zu einer Verstärkung der Erschöpfung und emotionaler Unsicherheit

### 7. Immunologische Manifestationen

- Schmerzhaftes Lymphknoten
- Wiederkehrende Halsschmerzen
- Neue Allergien
- Bereits bestehende Allergien haben sich verändert
- Grippe Ähnliche Symptome oder allgemeines Krankheitsgefühl
- Überempfindlichkeit, Unverträglichkeit von Medikamenten und/oder Chemikalien