

Belastungsintoleranz (PEM) Kriterien für die Diagnose CFS/ME

Patienteninformation	
Name	Vorname
geb.	Datum

Bitte kreuzen Sie die auf Sie zutreffenden Symptome an.

Häufigkeit dieser Symptome während der vergangenen 6 Monate (0 – 20)

	nie (0)	selten (1)	die Hälfte der Zeit (2)	die meiste Zeit (3)	Immer (4)
1. ein schweres, erschlagenes Gefühl am Beginn eines Trainings					
2. Minimales Training macht körperlich müde					
3. Muskelkater oder Müdigkeit am nächsten Tag nach nicht anstrengenden, alltäglichen Aktivitäten					
4. geistig müde nach der geringsten Anstrengung					
5. körperlich ausgelaugt oder krank nach leichter Aktivität					

Schwere dieser Symptome während der vergangenen 6 Monate (0 – 20)

	nie	mild	moderat	schwer	sehr schwer
1. ein schweres, erschlagenes Gefühl am Beginn eines Trainings					
2. Minimales Training macht körperlich müde					
3. Muskelkater oder Müdigkeit am nächsten Tag nach nicht anstrengenden, alltäglichen Aktivitäten					
4. geistig müde nach der geringsten Anstrengung					
5. körperlich ausgelaugt oder krank nach leichter Aktivität					

Wenn Sie sich nach Aktivitäten schlechter fühlen, **wie lange dauert das?** (0 - 6)

Gar nicht	weniger als 1 Stunde	2 – 3 Stunden	4-10 Stunden	11-13 Stunden	14-23 Stunden	mehr als 24 Stunden (6)	2 – 3 Tage (6)
0							

Auswertung:

Eine Häufigkeit von mindestens 2 und ein Schweregrad von mindestens 2 bei einer der 5 Fragen der DSQ PEM-Subskala zeigt an, dass eine PEM vorliegt.

Eine Häufigkeit von 2 bei einer Frage und ein Schweregrad von 2 bei einer anderen Frage erfüllt nicht die Kriterien für PEM.

Eine Dauer von mindestens 14 h ist notwendig für die Diagnose ME/CFS.

Erweitertes PEM scoring

Häufigkeit

0 - 20 Punkte

Schwere

0 - 20 Punkte

PEM Dauer (0-6 Punkte)

0 = keine

1 = < 1 h

2 = 2–3 h,

3 = 4–10 h,

4 = 11–13 h,

5 = 14–23 h,

6 = > 24 h

PEM Summe max 46 Punkte

Originaltext der CDE PEM Kriterien (deutsche Übersetzung nicht validiert)

Guidance for Core PEM Assessment(DePaul Symptom Questionnaire Subscale)

The core PEM CDE includes the following four components:1. Patient response to five questions of the PEM subscale of the DePaul Symptom Questionnaire. a. Dead, Heavy feeling after starting to exercise b. Next day soreness or fatigue after non-strenuous, everyday activitiesc. Mentally tired after the slightest effortd. Minimum exercise makes you physically tired e. Physically drained or sick after mild activity. Each question is scored for frequency and severity as:

0 = none of the time; 0 = symptom not present

1 = a little of the time; 1 = mild

2 = about half the time; 2 = moderate

3 = most of the time; 3 = severe

4 = all of the time; 4 = very severe

DSQ PEM Threshold – the DSQ PEM questions meet the required threshold of severity=2 and frequency=2 on any one question.

Weitere Informationen auf NINDS Common Data Elements

<https://www.commondataelements.ninds.nih.gov/Myalgic> Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome

Jason LA, Sunnquist M. The Development of the DePaul Symptom Questionnaire: Original, Expanded, Brief, and Pediatric Versions. *Front Pediatr.* 2018 Nov 6;6:330. doi: 10.3389/fped.2018.00330. PMID: 30460215; PMCID: PMC6232226.

Cotler J, Holtzman C, Dudun C, Jason LA. A Brief Questionnaire to Assess Post-Exertional Malaise. *Diagnostics (Basel).* 2018 Sep 11;8(3):66. doi: 10.3390/diagnostics8030066. PMID: 30208578; PMCID: PMC6165517.