

Utredningsskjema etter Canada-kriteriene 2003

Kriteriene 1), 2), 3), 4) og 7) må være tilstede; i tillegg to eller flere symptomer fra 5) og ett eller flere symptomer fra 6)

1. Utmattelse (fysisk og psykisk) som reduserer aktivitetsnivået med 50 % eller mer

2. Anstrengelsesutløst sykdomsfølelse og/eller utmattelse.

- a. Unaturlig tap av fysisk eller psykisk utholdenhet. Rask muskulær og mental/kognitiv tretthet.
- b. Sykdomsfølelse og/eller utmattelse etter anstrengelse
- c. Forverring av andre assosierte symptomer etter anstrengelse
- d. Forlenget restitusjonstid, ofte 24 timer eller mer

3. Søvnforstyrrelser som forstyrret døgnrytme, innsovningsvansker, ikke uthvilt etter søvn, endret søvnmønster

4. Smerter (eller ubehag) som ofte er utbredte og vandrende av natur. Muskelsmerter, leddsmerter og hodesmerter av ny type, mønster eller intensitet

5. Minst to nevrologiske/kognitive symptomer

- a. Svekket konsentrasjon og hukommelse
- b. Forvirret
- c. Desorientert
- d. Vansker med å bearbeide informasjon
- e. Problemer med å kategorisere informasjon og finne ord
- f. Sanseforstyrrelser, vanskelig å fokusere synet, nummenhet/kuldefølelse

6. Minst ett symptom fra to av de følgende tre kategorier

a. Autonome utfall

- i. Blodtrykksfall ved overgang fra liggende til stående stilling
- ii. Drastisk økt hjerterefrekvens ved overgang fra liggende til stående stilling
- iii. Blodtrykksfall etter å ha stått oppe en stund
- iv. Ørhet
- v. Ekstrem blekhet, kvalme og irritabel tarm
- vi. Skjelvinger med eller uten hjertebankfølelse
- vii. Kortpustethet
- viii. Blæreforstyrrelser

b. Nevroendokrine utfall

- i. Forstyrret termostabilitet: unormal kroppstemperatur og tydelige døgnvariasjoner, svettetokter, feberfølelse og kalde ekstremiteter
- ii. Intoleranse for ekstrem hete og kulde
- iii. Markert vektendring – anoreksi eller unormal appetitt
- iv. Tap av adaptasjonsevne
- v. Forverring av symptomer ved stress/belastninger

c. Immunologiske utfall

- i. Ømme lymfeknuter
- ii. Gjentakende sår hals
- iii. Gjentakende influensafølelse
- iv. Generell sykdomsfølelse
- v. Overfølsomhet for mat, medisiner og/eller kjemikalier

7. Sykdommen vedvarer i minst seks måneder. Den har vanligvis en klar identifiserbar begynnelse selv

om den kan være gradvis. Tre måneders varighet er tilstrekkelig for barn.

Ekklusjonstilstander

Pågående sykdomsprosesser, inkludert primære psykiatriske lidelser og rusmisbruk, som kan forklare de fleste symptomene på utmattelse, søvnforstyrrelser, smerte og kognitive forstyrrelser utelukker diagnosen kronisk utmattelsessyndrom.

Eksempler på slike sykdommer er: Addisons sykdom, Cushings sykdom, hypo- eller hyperthyreose, jernmangel, hemochromatose, diabetes mellitus, kreft, søvnforstyrrelsessykdommer, revmatiske lidelser, immunsykdommer, nevrologiske sykdommer som multippel sclerose, enkelte infeksjonssykdommer, primære psykiatriske lidelser og rusmisbruk.