

Kanadísku greiningarviðmiðin fyrir greiningu ME sjúkdómsins

Sjúklingur

Nafn:

Kennitala:

Dagsetning:

Vinsamlegast merkið við öll viðeigandi einkenni

1. Örmögnun vegna áreynslu eða álags (PEM)

- Áberandi aukin tilhneiging til líkamlegrar og/eða andlegrar þreytu við aukið álag. Lítið álag, svo sem venjulegir þættir daglegs lífs og einföld vitræn viðfangsefni geta verið lamandi og valdið bakslagi.
- Örmögnun og versnun einkenna eftir áreynslu getur komið fram strax eftir áreynsluna eða nokkrum klukkutímum eða jafnvel dögum seinna og varir venjulega í a.m.k. sólarhring eða lengur
- Lágur þröskuldur fyrir líkamlega og andlega þreytu (skortur á úthaldi) sem valdur verulegri skerðingu á virkni miðað við fyrri getu.

2. Svefntruflanir

- Erfitt að sofna
- Rof á svefni/ vaknar oft
- Breytingar á dægursveiflu
- Svefn ekki endurnærandi

3. Verkir

- Liðverkir
- Vöðvaverkir
- Höfuðverkur

4. Skyntaugatruflanir, skynjunarröskun og truflanir á hreyfivirkni

- Truflun á einbeitingu og skammtímaminni
- Erfiðleikar með að vinna úr upplýsingum
- Erfitt að finna orð
- Erfitt að lesa
- Skyntruflanir eins og t.d. erfiðleikar við sjón
- Truflanir á hreyfivirkni

5. Áhrif á ósjálfráða taugakerfið

- Hraðar stöðubreytingar, aðallega úr liggjandi í standandi stöðu valda svima og/eða að viðkomandi „sortnar fyrir augum“
- Stöðubreytingar valda hröðum hjartslætti (tachycardiu), þ.e . POTS
- Svimi
- Húðin er mjög fól
- Meltingartruflanir (dreifðir verkir, sviði, þaninn kviður)
- Erfiðleikar með þvaglát
- Hjartsláttarónot (palpitation)
- Mæði við litla áreynslu

6. Tauga-innkirtla einkenni (neuroendokrine)

- Erfiðleikar við að halda stöðugum líkamshita
- Sviti, flensulík einkenni
- Þolir ekki mikinn hita eða kulda
- Kaldir útlimir
- Þyngdaraukning eða aukin matarlyst
- Þyngdartap
- Streituóþol, streita eykur örmögnun

7. Áhrif á ónæmiskerfið

- Aumir eitlar
- Endurteknar hálsbólgur
- Ný ofnæmi eða breyting á ofnæmi sem hefur verið til staðar
- Flensulík einkenni
- Ofurnæmni og óþol fyrir mat, lyfjum eða öðrum efnum

Carruthers BM, Kumar Jain A, De Meirleir KL, et al. Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrom: Clinical Working Case Definition, Diagnostic and Treatment Protocols. Journal of Chronic Fatigue Syndrom 2003;11(1):7-97.

Leiðbeiningar við úrlestur

Einkennin þurfa búin að vera til staðar í a.m.k. 6 mánuði

Til að setja greiningu þurfa öll einkenni í flokki (1) Ofurþreyta og örmögnun eftir álag (PEM) að vera til staðar, a.m.k. eitt í flokkum (2) og (3), tvö eða fleiri í flokki (4) og a.m.k. eitt eða fleiri einkenni í a.m.k. tveim af flokkunum (5), (6) og (7)

ME greininguna má setja eftir að búið er að útiloka aðra sjúkdóma. Svipuð einkenni geta verið til staðar í öðrum sjúkdómum. Algengir sjúkdómar sem eru þó oft til staðar samhliða ME eru vefjagigt, IBD, Hashimoto thyreoiditis

Mikilvægar mismunagreiningar

Gigtarsjúkdómar	Innkirtlasjúkdómar	Blóðsjúkdómar og krabbamein	Sýkingar	Meltingarsjúkdómar	Taugasjúkdómar
Bandvefssjúkdómur/ PMR/Sjögren	Hashimoto- Thyreoiditis *	Tumorfatigue	Langvinnar Lifrabólgur	Celiac sjúkdóm, Crohns, Colitis ulcerosa	Cervical spinal stenosis*
Vefjagigt *	Legslímuflakk *		Lyme-borelliosis	IBD *	Mysathenia gravis
M. Bechererw/ Psoriasisgigt				Primary sclerosing cholangitis (PSC) Primary biliary cholangitis (PBC)	MS

Algengir sjúkdómar sem geta verið til staðar samhliða ME

Ónæmissjúkdómar	Gigtarsjúkdómar	Ósjálfráða taugakerfið	Meltingarsjúkdómar	Taugasjúkdómar	Svefn	Innkirtlasjúkdómar
Mótefnaskortur	Vefjagigt	POTS/ Tachycardia í hvíld	IBD	Cervical spinal stenosis*	Kæfisvefn	Hashimoto- Thyreoiditis
Mast Cell Activation Syndrome (MCAS)	Ehlers-Danlos	Orthostatic hypotension	Óþol fyrir ýmsum matartegundir	Small Fiber Neuropathia	Fótaóeirð	Metabolic syndrome
Alvarlegt ofnæmi	Sicca einkenni eftir útilokun Sjögrens			Mígren		Legslímuflakk