

## Diagnoskriterier (Canada-kriterier)

För att uppfylla diagnosen ME/CFS ska patienten möta kriterier för ansträngningsutlöst försämring och utmattning (1), sömnstörningar (2), smärta (3), ha två eller fler neurologiska/kognitiva symtom (4), ha ett eller fler symtom från två av kategorierna av autonoma, neuroendokrina eller immunologiska manifestationer (5) samt uppfylla kriterium 6.

### **1. Ansträngningsutlöst försämring (Post-Exertional Malaise, PEM) och utmattning**

Alla symtom nedan ska finnas.

- Nyttillkommen, oförklarad, ihållande eller ständigt återkommande utmattning, både fysisk och mental, som avsevärt nedsätter aktivitetsnivån
- Ansträngningsutlöst försämring, sjukdomskänsla och/eller smärta (PEM) med förlängd återhämningsperiod (kvarstående försämring över 24 timmar)
- Symtomen kan förvärras av all typ av ansträngning eller stress

### **2. Sömnstörning**

Symtomet ska finnas.

- Känner sig ej utvilad efter sömn eller har störning i sömnmönster/sömnkvalitet/dygnsrytm

### **3. Smärta**

Symtomet ska finnas.

- Ledvärk och/eller muskelvärk utan svullnad eller rodnad och/eller signifikant huvudvärk av ny typ eller ny svårighetsgrad

### **4. Neurologiska/kognitiva manifestationer**

Minst två symtom ska finnas.

- Nedsatt koncentrationsförmåga och korttidsminne
- Svårigheter med att bearbeta information, inkluderande fluktuerande svårigheter att läsa/skriva
- Överkänslighet för ljus och ljud, kognitiv och/eller emotionell belastning
- Perceptuell/sensorisk störning

- Desorientering eller förvirring
- Koordinationssvårigheter

## **5. Autonoma/neuroendokrina/immunologiska manifestationer**

Minst ett symptom från två av följande kategorier.

- **Autonoma manifestationer**
  - Ortostatisk intolerans
  - Postural ortostatisk takykardi (POTS)
  - Yrsel och/eller svimningskänsla
  - Extrem blekhet
  - Mag/tarm- eller urinblåsebesvär (inkluderande IBS och nervös blåsa)
  - Hjärtklappning/arytmi
  - Vasomotorisk instabilitet
  - Andningsbesvär
- **Neuroendokrina manifestationer**
  - Onormalt fluktuerande kroppstemperatur
  - Köld- eller värmeintolerans
  - Ändrad aptit
  - Viktförändring
  - Minskad stresstolerans, symptomförsämring vid stress, långsam återhämtning och emotionell instabilitet
- **Immunologiska manifestationer**
  - Ömma lymfkörtlar
  - Återkommande halsont
  - Influensaliknande symptom och/eller sjukdomskänsla
  - Nya eller förändrade allergisymtom
  - Ny överkänslighet mot mat, medicin och/eller kemikalier

## **6. Sjukdomen ska ha varat i mer än sex månader**

Vanligtvis har det förekommit ett hastigt insjuknande, men gradvisa insjuknanden förekommer. En preliminär diagnos kan sättas tidigare än sex månader. Tre månader är lämpligt för barn.

För att kunna bli beaktade i diagnostiken måste symtomen ha uppstått eller blivit markant förändrade vid insjuknandet. Det är osannolikt att en patient lider av samtliga symtom från kategori 4 och 5.

Om en patient har haft oförklarlig trötthet i mer än sex månader, men inte uppfyller övriga kriterierkrav, ska tillståndet klassificeras som idiopatisk kronisk trötthet.

Svårighetsgrad av ME/CFS bedöms av symtombild, funktionsnedsättning och aktivitetsbegränsning. Vid lättare ME/CFS har patienter kvar arbetsförmåga på hel- eller deltid. Vid svår ME/CFS har patienter större funktionsnedsättningar och är ibland sängliggande.