

Kanadakriterierna och Fukudakriterierna

Kanadakriterierna

- A. Oförklarlig och ihållande, svår fysisk och mental utmattning som leder till avsevärd minskning av aktivitetsnivån.
- B. Ansträngningsutlöst försämring (PEM) som "vanligen" pågår mer än 24 timmar.
- C. Sömnstörningar eller sömn som inte leder till återhämtning.
- D. Avsevärd smärta i leder, muskler eller huvudvärk av ny typ eller svårighetsgrad.
- E. Minst två kognitiva eller neurologiska symtom, t.ex. koncentration, minne, förvirring, känslighet för ljud och ljus, muskelsvaghet.
- F. Minst ett symtom från två av nedanstående kategorier:
 - Autonomt (t.ex. ortostatisk intolerans, illamående, IBS)
 - Neuroendokrint (t.ex. temperaturkänslighet, viktförändring, stresskänslighet)
 - Immunologiskt (ömma lymfknutor, sårig hals, överkänslighet för mat, kemikalier etc.)
- G. Symtomen måste ha pågått under minst 6 månader i följd.

Fukudakriterierna

- A. Oförklarlig och ihållande eller återkommande kronisk trötthet som leder till avsevärd minskning av tidigare nivåer av arbets-, utbildnings-, sociala och personliga aktiviteter.
- B. Minst fyra av nedanstående symtom ska uppträda samtidigt:
 - Försämrat minne eller koncentration
 - Sårig hals
 - Ömma lymfkörtlar
 - Muskelsmärter
 - Utbredda ledsmärter utan svullnad eller rodnad
 - Huvudvärk av ny typ eller svårighetsgrad
 - Sömn som inte leder till återhämtning
 - Ansträngningsutlöst försämring (PEM) > 24 timmar
- C. Symtomen måste ha pågått under minst 6 månader i följd och får inte ha föregått utmattningen.