

Symptom	<u>Häufigkeit</u> <p>Wie oft ist dieses Symptom in den letzten 2 Wochen bei Ihnen aufgetreten?</p> <p>Kreisen Sie für jedes unten aufgeführte Symptom eine der folgenden Zahlen ein:</p> <p>0 = Nie 1 = Einen geringen Teil der Zeit 2 = Etwa die Hälfte der Zeit 3 = Die meiste Zeit 4 = Die ganze Zeit</p>	<u>Schweregrad</u> <p>Wie sehr hat dieses Symptom Ihnen in den letzten 2 Wochen zu schaffen gemacht?</p> <p>Kreisen Sie für jedes unten aufgeführte Symptom eine der folgenden Zahlen ein:</p> <p>0 = Symptom trat nicht auf 1 = Leicht 2 = Mäßig 3 = Stark 4 = Sehr stark</p>
1. Völlig erschöpft und Schweregefühl nach Beginn von körperlicher Betätigung	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
2. Schmerzen oder Erschöpfung am nächsten Tag nach nicht anstrengenden Alltagsaktivitäten	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
3. Geistig ausgelaugt nach der geringsten Anstrengung	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
4. Minimale körperliche Anstrengung führt zu körperlicher Müdigkeit	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
5. Körperlich ausgelaugt oder krank nach leichter Aktivität	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

Symptom	<u>Eine Antwort einkreisen</u>
6. Angenommen Sie sind nach aktiver Teilnahme an Freizeitaktivitäten, Sport oder Ausflügen mit Freunden erschöpft, würden Sie sich innerhalb einer oder zwei Stunden nach der Aktivität wieder erholen?	Ja Nein
7. Verschlimmert sich Ihre Erschöpfung bzw. Ihre energiebezogene Erkrankung, wenn Sie sich nur minimal körperlich anstrengen?	Ja Nein
8. Verschlimmert sich Ihre Erschöpfung bzw. Ihre energiebezogene Krankheit, wenn Sie sich geistig anstrengen?	Ja Nein
9. Wenn Sie sich nach Aktivitäten schlechter fühlen, wie lange hält dieser Zustand an?	Weniger als 1 Stunde 2–3 Stunden 4–10 Stunden 11–13 Stunden 14–23 Stunden 24 Stunden oder länger
10. Wenn Sie sich nicht körperlich betätigen, liegt das daran, dass Ihre Symptome durch die körperliche Betätigung schlimmer werden?	Ja Nein