

Simptom	<u>Frecvență</u> În ultimele 2 săptămâni, cât de des ați avut acest simptom? Pentru fiecare simptom enumerat mai jos, încercuiți un număr dintre: 0 = niciodată 1 = o mică parte din timp 2 = aproximativ jumătate din timp 3 = o mare parte din timp 4 = tot timpul	<u>Severitate</u> În ultimele 2 săptămâni, cât de mult v-a deranjat acest simptom? Pentru fiecare simptom enumerat mai jos, încercuiți un număr dintre: 0 = simptom absent 1 = ușor 2 = moderat 3 = sever 4 = foarte sever
1. Senzație de oboseală extremă sau greutate după începerea exercițiului fizic	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
2. Durere sau oboseală de a doua zi, după activități zilnice nesolicitante	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
3. Oboseală psihică după cel mai mic efort	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
4. Oboseală fizică după un exercițiu fizic minimal	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
5. Epuizare psihică sau senzație de rău după o activitate ușoară	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

Simptom	<u>Încercuiți o variantă</u>
6. Dacă ați deveni epuizat(ă) după ce ați participat activ la activități extracurriculare, sport sau ieșiri cu prietenii, v-ați recupera în decurs de o oră sau două de la terminarea activității?	Da Nu
7. Manifestați o agravare a bolii legate de oboseală/nivelul de energie după ce faceți un efort fizic minimal?	Da Nu
8. Manifestați o agravare a bolii legate de oboseală/nivelul de energie după ce faceți un efort mintal?	Da Nu
9. Dacă vă simțiți mai rău după ce efectuați activități, cât durează acest lucru?	Mai puțin de 1 oră 2-3 ore 4-10 ore 11-13 ore 14-23 ore 24 de ore sau mai mult
10. Dacă nu faceți mișcare, este din cauza faptului că exercițiul fizic vă agravează simptomele?	Da Nu