

Simptom	<u>Učestalost</u> Tokom prošle 2 nedelje, koliko često ste imali ovaj simptom? Za svaki simptom naveden u nastavku, zaokružite jedan od sledećih brojeva: 0 = nimalo vremena 1 = malo vremena 2 = oko polovine vremena 3 = veći deo vremena 4 = sve vreme	<u>Ozbiljnost</u> Tokom prošle 2 nedelje, koliko vas je ovaj simptom opterećivao? Za svaki simptom naveden u nastavku, zaokružite jedan od sledećih brojeva: 0 = simptom nije prisutan 1 = blago 2 = umereno 3 = ozbiljno 4 = veoma ozbiljno
1. Umravljen, težak osećaj nakon početka vežbanja	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
2. Bolnost ili zamor sledećeg dana nakon nenapornih, svakodnevnih aktivnosti	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
3. Mentalni zamor posle najmanjeg napora	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
4. Minimalna količina vežbanja vas čini fizički umornim	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4
5. Fizička iscrpljenost ili bolest nakon blage aktivnosti	0 1 2 3 4	0 1 2 3 4

Simptom	<u>Zaokružite jedno</u>
6. Ako ste postajali iscrpljeni nakon aktivnog učestvovanja u vannastavnim aktivnostima, sportu ili izletima sa prijateljima, da li ste se oporavili u roku od sat ili dva nakon završetka aktivnosti?	Da Ne
7. Da li imate pogoršanje bolesti povezane sa umorom/energijom nakon minimalnog fizičkog napora?	Da Ne
8. Da li imate pogoršanje bolesti povezane sa umorom/energijom nakon mentalnog napora?	Da Ne
9. Ako se posle aktivnosti osećate lošije, koliko dugo to traje?	Manje od 1 sata 2-3 sata 4-10 sati 11-13 sati 14-23 sata 24 sata ili više
10. Ako ne vežbate, da li je to zato što vežbanje pogoršava vaše simptome?	Da Ne