

# МИЕЛОФИБРОЗ

*Автор*

**Мария Владимировна Барабанщикова,**  
кандидат медицинских наук, врач-гематолог  
поликлинического отделения с дневным  
стационаром НИИДГОИТ им. Р. М. Горбачевой,  
ФГБУ ФГБОУ ВО ПСПБГМУ им. И. П. Павлова

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Что такое миелофиброз? .....                            | 4  |
| Причины и проявления<br>развития миелофиброза .....     | 5  |
| Обследование пациентов с миелофиброзом.....             | 11 |
| Клинические формы миелофиброза .....                    | 14 |
| Неблагоприятные факторы риска<br>при миелофиброзе ..... | 14 |
| Как лечить миелофиброз? .....                           | 15 |
| Советы пациентам с миелофиброзом .....                  | 19 |
| Словарь терминов .....                                  | 21 |

Это пособие составлено в помощь тем, кому был установлен диагноз миелофиброз, а также их семьям и близким. Очень важно, чтобы пациенты и их близкие родственники владели необходимой информацией о заболевании, не стеснялись задавать врачу вопросы и смогли понять стратегии и варианты лечения, предложенные врачом.

Зная больше о своем заболевании, вы сможете лучше и быстрее справиться с изменениями в вашей жизни.

В пособии вы прочтете о том, что такое миелофиброз, какие обследования используются для постановки диагноза, почему надо обязательно лечить болезнь, и какие существуют методы лечения.

## ЧТО ТАКОЕ МИЕЛОФИБРОЗ?

Чтобы лучше понять, что собой представляет миелофиброз, полезно вначале рассмотреть некоторые основные понятия и функции костного мозга и крови.

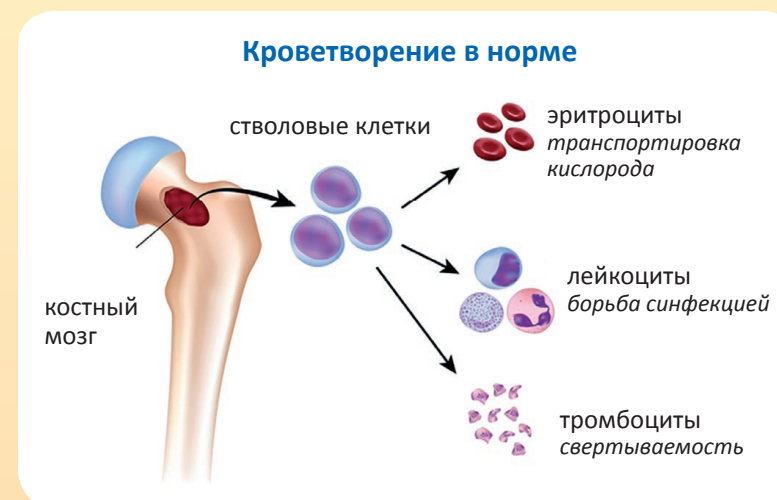
Кроветворная система — это комплекс органов человеческого организма, отвечающий за создание новых клеток крови взамен отслуживших свой срок. Важнейшим органом этой системы является костный мозг.

Костный мозг — мягкая, похожая на пористую губку ткань, расположенная в костях, которая является «фабрикой» клеток крови. Красный (или кроветворный) костный мозг у человека находится в основном внутри тазовых костей, в меньшей степени внутри костей конечностей и еще в меньшей степени — внутри позвонков.

В здоровом костном мозге находятся стволовые кроветворные клетки. В костном мозге стволовые клетки делятся и развиваются, превращаясь в зрелые клетки крови, которые затем выходят в кровь и выполняют там свои основные функции.

### Эти клетки бывают трех основных видов:

- ✓ **эритроциты** (красные кровяные тельца), которые переносят кислород ко всем тканям организма;
- ✓ **лейкоциты** (белые кровяные тельца) — поддерживают наш иммунитет и борются с инфекциями;
- ✓ **тромбоциты** (красные кровяные пластинки) — участвуют в свертывании крови и предотвращают кровотечения.



## ПРИЧИНЫ И ПРОЯВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ МИЕЛОФИБРОЗА

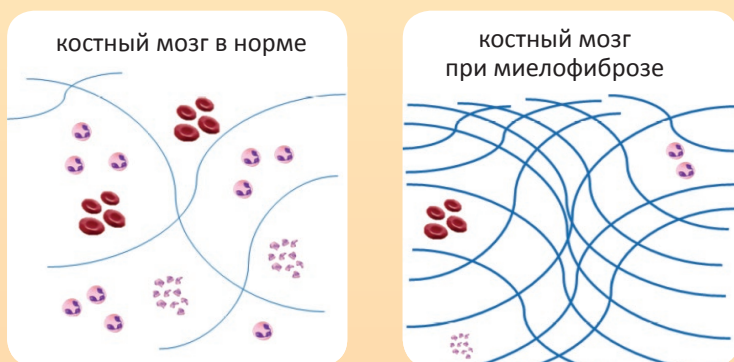
Миелопролиферативные заболевания — это группа редких заболеваний крови. «Миело» означает костный мозг, «пролиферативное» — растущее, приводящее к переизбытку клеток крови.

*Новообразование* — это заболевание, сопровождающееся аномальным размножением и ростом клеток.

**Миелофиброз** — опухолевое заболевание, в результате которого происходит поражение главного элемента кроветворной системы — стволовой клетки. Происходит это потому, что в стволовой клетке нарушается программа, согласно которой клетка осуществляет свои функции. Программа хранится внутри каждой клетки и записана в хромосомах,

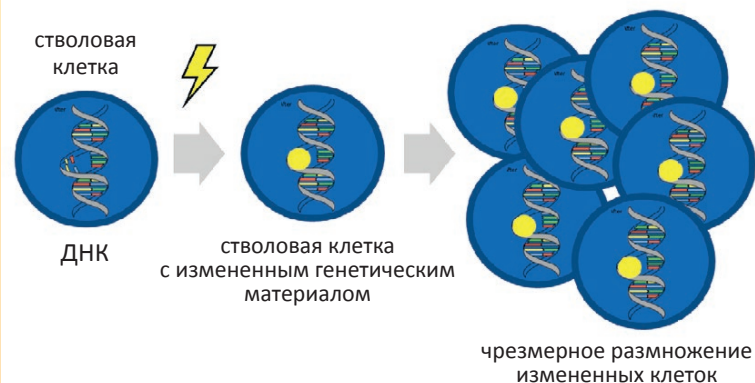
которые состоят из генов. Известно, что поломки (мутации) внутри хромосом и генов, являются причиной развития многих форм опухолей, в том числе и миелофиброза. При этом измененные клетки крови значительно отличаются по форме и свойствам от нормы. Их количество увеличивается, они способствуют развитию фиброза в костном мозге.

**Фиброз вытесняет очаги образования клеток крови в костном мозге**



Избыток клеток перемещается в печень и селезенку, в связи с чем эти органы увеличиваются в размерах. Кроме того, опухолевые клетки выделяют большое количество биологически активных веществ. Они способствуют появлению слабости, быстрой утомляемости, кожного зуда, потливости, повышению температуры и многих других симптомов. Мутации в генах являются причиной развития миелофиброза. Исследование крови или костного мозга на наличие этих мутаций проводится при первом обращении больного и подтверждает диагноз миелофиброза.

**Изменение генетического материала (ДНК) – отправная точка изменений при миелофиброзе**



Факторы, приводящие к этим поломкам (курение, употребление алкоголя, наследственные факторы или, может быть, облучение), – неизвестны. В 7–8 % могут наблюдаться семейные случаи миелопролиферативных заболеваний (два и более случая в семье). В некоторых случаях может наблюдаться генетическая предрасположенность к миелопролиферативным заболеваниям.

**Как проявляется миелофиброз?**

У многих пациентов незначительные симптомы заболевания наблюдаются задолго до установления диагноза. Вначале пациентов беспокоят симптомы общего характера, такие как слабость, быстрая утомляемость. По мере прогрессирования заболевания состояние больного может существенно ухудшаться.

ся; поэтому в любом случае необходимо обратиться к врачу.

**Общие симптомы заболевания** — слабость, быстрая утомляемость, кожный зуд, повышение температуры, потливость, похудание.

**Увеличение селезенки (Спленомегалия) и печени (гепатомегалия)** — может проявляться болью, дискомфортом в левом и правом подреберье, может быть причиной чувства быстрого насыщения съеденной пищей. Селезенка — это один из органов иммунной системы. Когда в костном мозге развивается фиброз и формируется «рубец», опухолевые клетки крови начинают вырабатываться в селезенке и печени, из-за чего они увеличиваются в размерах.

**Анемия** — состояние, при котором наблюдается снижение уровня гемоглобина в крови. Пациенты, страдающие анемией, обычно испытывают постоянное чувство усталости и отсутствия энергии. Проявления анемии различаются в зависимости от ее степени тяжести. Например, при легкой ане-



мии больные могут чувствовать себя хорошо или испытывать только легкую слабость. При анемии средней тяжести почти все больные ощущают слабость, которая также может сопровождаться учащенным сердцебиением, затруднением дыхания и бледностью. При этом проявления слабости могут быть различными: усталость при физической нагрузке или даже без нее, сонливость, затруднения в самых простых видах деятельности (приготовление пищи, принятие душа), отсутствие интереса к чему-либо, потеря аппетита.

В случае тяжелой анемии почти все больные выглядят бледными и испытывают сильное чувство усталости, страдают от одышки.

Поскольку при тяжелой анемии уменьшается поступление крови в сердце, у пожилых пациентов более вероятно появление сердечно-сосудистых симптомов, в том числе болей за грудиной (стенокардия или «грудная жаба»).

**Тромбоцитопения** — состояние, при котором наблюдается снижение уровня тромбоцитов в крови. Больные, страдающие тромбоцитопенией, обладают повышенной склонностью к образованию синяков и кровотечениям, возникающим даже при незначительных ударах или царапинах; нередко появляются носовые кровотечения и кровоточивость десен.

**Лейкопения** — низкое количество лейкоцитов в крови снижает сопротивляемость организма к бактериальной инфекции, поэтому больные с нейтропенией часто болеют инфекциями дыхательных путей (кашель, затруднение дыхания, боль в горле,

насморк, повышение температуры тела), мочевыводящих путей (болезненное, учащенное мочеиспускание), у них нередко возникают кожные инфекции.

**Тромбоцитоз** — увеличение количества тромбоцитов выше нормы. У пациентов с миелофиброзом может наблюдаться как снижение уровня тромбоцитов, так и увеличение. Это — одна из причин увеличения вязкости крови, приводящая к развитию тромбозов.

**Тромбоз.** При повреждении кровеносного сосуда клетки крови (тромбоциты, лейкоциты) формируют сгусток и препятствуют кровотечению. Так происходит в норме. Но при миелофиброзе из-за нарушения свойств клеток крови может происходить спонтанное образование сгустков в сосудах без нарушения их целостности.

Тромбоз возникает как венах, так и в артериях. При появлении тромбоза у пациента может наблюдаться отечность, болезненность в руке или ноге, боль за грудиной, внезапная одышка.

Образование тромба в артерии головного мозга может вызвать инсульт, в сердце — инфаркт, в сосудах легких — тромбоэмболию легочной артерии.

**Кровотечение.** Так как при миелофиброзе может нарушаться образование «нормальных» сгустков, то у некоторых пациентов может возникать носовое, маточное кровотечение или кровоточивость при незначительных травмах. Эти состояния могут быть опасны для жизни и требуют экстренного обращения за медицинской помощью.

## ОБСЛЕДОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ С МИЕЛОФИБРОЗОМ

Выполнение нескольких медицинских тестов является обязательными, если у пациента предполагается диагноз миелофиброз. Если не сделать самые важные из них, диагноз может быть поставлен неправильно, а последующее лечение даже навредит больному.

При первом осмотре доктор спросит вас о перенесенных ранее заболеваниях. Особенно важными является информация о наличии артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца, нарушении обмена липидов, диабете, курении, ранее происходивших тромбозов, кровотечениях, потребности в переливаниях крови, наличии опухолевых заболеваний у ваших родственников.

Важно сообщить вашему доктору снижался ли у вас вес, есть ли у вас потливость, повышение температуры. При осмотре важным является обнаружение увеличенной селезенки и определение ее размеров в сантиметрах ниже ребра и печени.

### Лабораторные методы диагностики, которые являются обязательными для пациентов с миелофиброзом:

**Клинический анализ крови** — исследование, которое позволяет определить количество тромбоцитов, лейкоцитов, гемоглобина. Необходимо изучить, есть ли в анализе молодые формы лейкоцитов (миелоциты, метамиелоциты) и бласты, что характерно для миелофиброза.

Вашим врачом может быть назначен биохимический анализ крови. Показатели этого анализа позволят оценить функцию внутренних органов (печень, почки), дефицит важных веществ для кроветворения и обмен железа. У пациентов, получающих много переливаний крови, в организме есть избыток железа, которое может быть токсичным для печени и сердца. В некоторых случаях такие состояния требуют назначения препаратов, связывающих и выводящих избыток железа.

**Биопсия костного мозга** — позволяет определить уровень бластов в костном мозге. Уровень бластов 20 % и более означает, что произошло прогрессирование в последнюю стадию миелофиброза – острый миелобластный лейкоз.

**Трепанобиопсия** костного мозга является одним из основных методов, подтверждающих диагноз миелофиброз. Врач-гистолог исследует под микроскопом полученный в результате трепанобиопсии костный мозг. Он изучает количество, форму и расположение кроветворных клеток костного мозга и определяет степень разрастания фиброза. При наличии характерной картины костного мозга диагноз миелофиброза подтверждается.

Сама по себе процедура получения костного мозга для исследования называется трепанобиопсией. Процедура неприятна, но занимает всего несколько минут, для ее проведения не требуется госпитализация.

Во время процедуры врач также сначала производит тонкой иглой обезболивание, а затем вводит иглу большего размера, с просветом, для получения

узкого (несколько миллиметров в диаметре) столбика костного материала для биопсии. При введении этой иглы в кость пациент обычно испытывает только притупленное давление. Когда врач отсоединяет костный материал и вынимает его, пациент испытывает ощущение подергивания. Процедура может быть болезненной в момент забора костного мозга, но подавляющее число пациентов переносит это без каких-либо проблем. Если вас беспокоит это исследование, по назначению доктора вы можете предварительно принять обезболивающий или успокаивающий препарат. После того как взятие пробы костного мозга завершено, пациента обычно отпускают домой. В целях безопасности при возвращении домой пациента кто-нибудь должен сопровождать, при этом пациенту при возвращении с исследования запрещается самостоятельно вести машину.

**Исследование на наличие гена BCR-ABL1** позволяет исключить другое заболевание крови (хронический миелолейкоз) с очень похожей картиной крови и костного мозга. Для пациентов с хроническим миелолейкозом применяется принципиально другое лечение, поэтому данное исследование является важным.

**Цитогенетическое исследование костного мозга** помогает выявить неблагоприятные хромосомные поломки.

**Молекулярно-генетическое исследование на наличие мутаций JAK2, CALR, MPL.** Положительный результат по одному из этих генов подтверждает диагноз «миелофиброз».

## КЛИНИЧЕСКИЕ ФОРМЫ МИЕЛОФИБРОЗА

Первичный миелофиброз возникает без предшествующего другого миелопролиферативного заболевания.

При развернутой (фибротической) форме наблюдается 2-я или 3-я степень фиброза в костном мозге, спленомегалия, бласты в крови, лейкоцитоз, анемия или тромбоцитопения.

Другие формы миелофиброза возникают как результат заболеваний из группы миелопролиферативных – истинной полицитемии и эссенциальной тромбоцитемии. Диагностика и лечение этих форм заболевания не отличаются от первичного миелофиброза.

## НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА ПРИ МИЕЛОФИБРОЗЕ

**Миелофиброз** – опухолевое заболевание крови, которое не проходит само по себе и ухудшается со временем, поэтому важно начать лечение как можно раньше.

**Миелофиброз** может протекать по-разному. У некоторых пациентов болезнь длительно существует в хронической форме и не требует терапии, у других – прогрессирует в течение 1–2 лет.

Существует ряд неблагоприятных признаков заболевания, которые говорят о том, что опухоль будет вести себя более агрессивно и риск осложнений значительно выше. К таким признакам относятся:

Общие симптомы (повышение температуры, снижение массы тела, потливость.

- ✓ Уровень лейкоцитов  $25 \times 10^9/\text{л}$  и более.
- ✓ Анемия, гемоглобин менее  $100 \text{ г/л}$ .
- ✓ Бласты в периферической крови.
- ✓ Возраст 65 лет и старше.
- ✓ Уровень тромбоцитов менее  $100 \times 10^9/\text{л}$ .
- ✓ Необходимость в переливаниях крови.
- ✓ Неблагоприятные цитогенетические поломки.

На основании суммы этих неблагоприятных факторов определяется группа риска прогрессирования заболевания. Выделяют 4 группы: низкого, промежуточного-1, промежуточного-2 и высокого риска. Определение группы риска помогает доктору выбрать правильное лечение.

## КАК ЛЕЧИТЬ МИЕЛОФИБРОЗ?

### Наблюдение

Пациенту с промежуточным-1 и низким риском может не назначаться лекарственная терапия, если у него нет симптомов заболевания. Исключением является наличие большого количества тромбоцитов в крови, поскольку это может приводить к кровотечениям и тромбозам.

### Интерферон

Интерферон наиболее часто применяется у пациентов с низким и промежуточным-1 риском при наличии симптомов заболевания. Он может привести к уменьшению селезенки, нормализации показателей

крови. Однако эффект от лечения достигается в основном на ранних стадиях заболевания. Для достижения результата, как правило, требуется длительная терапия.

### **Гиброксикарбамид**

Гиброксикарбамид также позволяет уменьшить размеры селезенки и снизить уровень лейкоцитов и тромбоцитов.

### **Цитозинарабинозид**

Цитозинарабинозид используется в небольших дозах и позволяет уменьшить размеры селезенки, уменьшить лейкоцитоз, количество бластов.

### **Ингибиторы янус-киназы**

Ингибиторы янус-киназы блокируют проведение сигналов выработки воспалительных веществ и роста внутри опухолевых клеток. Многие пациенты начинают чувствовать себя значительно лучше. У них исчезают симптомы заболевания и уменьшается селезенка. У некоторых пациентов ингибиторы янус-киназы могут увеличивать продолжительность жизни. Однако при отмене ингибиторов янус-киназы симптомы заболевания возвращаются вновь; важно обсудить с лечащим врачом подходы, смягчающие эти проявления. Кроме того, ингибиторы янус-киназы могут быть ограничены из-за низкого уровня тромбоцитов.

**Решение о выборе того или иного метода лекарственной терапии принимается вашим лечащим врачом, исходя из данных обследования, особенностей вашего заболевания.**

### **Аллогенная трансплантация костного мозга**

**Аллогенная трансплантация костного мозга (аллоТКМ)** – это единственный метод излечения от миелофиброза. Опухолевые клетки каждый день образуются в нашем организме в различных органах и тканях, но мы не заболеваем. Почему так происходит? Дело в том, что иммунная система вовремя распознает и убивает их. В ряде случаев происходит сбой: опухолевые клетки ускользают от иммунной реакции и формируют опухоль.

Для того чтобы восстановить противоопухолевый иммунитет, иммунную систему надо полностью заменить. Это и происходит во время аллогенной трансплантации костного мозга. Новая иммунная система считает клетки миелофиброза «чужими» и убивает их.

Этот эффект называется эффектом «трансплантат против миелофиброза». Он способствует достижению длительной ремиссии и полного излечения от заболевания. АллоТКМ, как правило, выполняется у более молодых пациентов (моложе 65 лет) без существенной сопутствующей патологии (болезни сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др.) с промежуточным-2 и высоким риском. Обсудите перспективы данного метода лечения с вашим лечащим врачом.

### **Сопроводительная терапия**

Сопроводительная терапия позволяет улучшить качество жизни пациента, но она не направлена на лечение опухолевого заболевания – **миелофиброза**.

### Анемия

Доктор в первую очередь оценивает причину анемии. Если анемия связана с миелофиброзом и сопровождается выраженной общей слабостью и плохим самочувствием, то основным методом коррекции являются переливания донорских эритроцитов. Результатами заместительной терапии является повышение уровня гемоглобина, улучшение самочувствия. Однако трансфузионная терапия может сопровождаться инфекционными осложнениями, иммунологическими побочными эффектами, а также перегрузкой организма железом.

### Кровотечения

Кровотечения могут быть связаны с низким уровнем тромбоцитов, что может наблюдаться при прогрессировании миелофиброза.

Единственным методом лечения является периодическое восполнение уровня тромбоцитов с помощью гемотрансфузий.

Также при миелофиброзе могут наблюдаться кровотечения из вен пищевода и желудка. Это связано с тем, что у пациентов с выраженной спленомегалией нарушается кровоток в брюшной полости и расширяются вены пищевода и желудка; нередко они становятся причиной кровотечения. Это осложнение требует экстренной медицинской помощи. В такой ситуации может проводиться хирургическое лечение.

### Инфекции

При миелофиброзе увеличивается риск инфекционных осложнений. Это связано с нарушением

функции лейкоцитов, что характерно для миелофиброза, и проводимой терапии. В некоторых случаях доктор может назначить антибиотики для лечения инфекции.

### Факторы сердечно-сосудистого риска

К этим факторам сердечно-сосудистого риска относятся артериальная гипертензия, курение, диабет, нарушение обмена липидов. Эти состояния и миелофиброз способствуют развитию артериальных тромбозов и, как следствие, инфарктов и инсультов. При правильном лечении гипертензии, диабета, отказе от курения риск тромбоза может существенно снизиться.

## СОВЕТЫ ПАЦИЕНТАМ С МИЕЛОФИБРОЗОМ

**Миелофиброз** – это не приговор, течение этого заболевания может быть многолетним. Врач оценивает каждый случай и рекомендует наилучшее лечение, но при этом существенная роль при принятии решения о выборе лечения принадлежит вам.

В зависимости от стадии и формы заболевания врач может назначить вам наблюдение, наилучшую лекарственную терапию или трансплантацию костного мозга.

Трансплантация костного мозга от совместимого донора – единственный метод полного излечения от миелофиброза. Если ваш возраст меньше 65 лет и у вас нет тяжелых сопутствующих заболеваний, обсудите с врачом вопрос о возможности пересадки

костного мозга. Попросите направить вас или ваших братьев или сестер на HLA (тканевое) типирование.

Этот анализ (кровь из вены) позволит определить, подходит ли вам в качестве донора костного мозга член Вашей семьи. Совместимый донор может быть найден не только среди родственников, но и в Международном регистре доноров костного мозга.

В случае, если вам не подходит этот метод лечения, то врач назначит наилучшую доступную терапию. Это позволит улучшить качество жизни и контролировать заболевание.

## СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

**Аллогенная трансплантация костного мозга (Ал-лоТКМ)** – процедура, при которой больному вводится костный мозг донора.

**Анемия** – состояние организма, характеризующееся уменьшением количества эритроцитов, содержания в них гемоглобина или общей массы крови. Проявлениями анемии являются общая слабость, одышка и др.

**Биопсия** – изъятие образца ткани организма для изучения под микроскопом. Образец ткани в этом случае называют биоптатом.

**Бласты** – незрелые клетки, которые при созревании превращаются в функциональные клетки крови.

**Гепатомегалия** – увеличение печени.

**Донор** – человек, отдающий свою кровь для трансфузии или органы для трансплантации другому лицу.

**Иммунная система** – система организма, которая защищает его от инфекции.

**Истинная полицитемия** – опухолевое заболевание крови, для которого характерно увеличение уровня эритроцитов, это может сопровождаться увеличением тромбоцитов и лейкоцитов.

**Костный мозг** – мягкая, губчатая ткань в центре кости, продуцирующая белые и красные клетки крови, кровяные пластинки.

**Лейкоз** – злокачественное опухолевое заболевание крови.

**Лейкоциты = белые кровяные тельца = белые клетки крови** – клетки, защищающие человека от инфекции.

**Миело** – приставка, в переводе с греческого означающая «костный мозг».

**ОМЛ-острый миелобластный лейкоз** – наиболее часто встречающаяся форма лейкозов у взрослых. Острый миелобластный лейкоз называется также острым миелоидным лейкозом, острым миелоцитарным лейкозом и острым нелимфобластным лейкозом. ОМЛ вызывает неконтролируемый рост «бластных», то есть незрелых, клеток крови и костного мозга, которые не могут нормально функционировать. Пациенты с ОМЛ имеют пониженное количество зрелых клеток крови всех типов: эритроцитов, тромбоцитов и лейкоцитов. В зависимости от типа клеток, на которые болезнь главным образом воздействует, ОМЛ делится на 7 основных видов.

**Опухоль** – аномальное (патологическое) образование, состоящее из множества клеток, которые быстро и бесконтрольно воспроизводятся. Опухоли могут быть доброкачественными и злокачественными.

**Постполицитемический миелофиброз** – миелофиброз, который развивается у пациентов с истинной полицитемией.

**Посттромбоцитемический миелофиброз** – миелофиброз, который развивается у пациентов с эссенциальной тромбоцитемией.

**Первичный миелофиброз** – опухолевое заболевание крови, которое сопровождается фиброзом костного мозга и развивается без предшествующего заболевания крови.

**Миелофиброз** – общее понятие, включающее постполицитемический, посттромбоцитемический

и первичный миелофиброз в связи с похожими клиническими признаками и похожим прогнозом.

**Сопроводительная терапия** – лечение симптомов, вызванных опухолевым заболеванием, или осложнений терапии рака.

**Спленомегалия** – увеличение селезенки.

**Стволовые клетки = клетки-предшественники** – незрелые молодые клетки костного мозга, которые дают в норме начало всем элементам крови.

**Тромбоз** – формирование сгустка крови в кровеносном сосуде (вене или артерии).

**Фиброз** – замещение здоровых клеток рубцовой тканью.

**Цитопения** – сниженное количество клеток крови.

**Эссенциальная тромбоцитемия** – заболевание крови опухолевой природы, для которого характерно увеличение уровня тромбоцитов.

**BCR-ABL1 ген** – аномальный ген, формирующийся в результате хромосомной поломки, основной признак хронического миелолейкоза.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. А. Л. Меликян и соавт. Клинические рекомендации по диагностике и терапии рН-негативных миелопролиферативных заболеваний, 2018.
2. NCCN guidelines for patients with myeloproliferative neoplasms, 2018.
3. Kröger NM et al., Indication and management of allogeneic stem cell transplantation in primary myelofibrosis: a consensus process by an EBMT/ELN international working group. Leukemia. 2015 Nov;29(11):2126-33.

## Центры, оказывающие специализированную помощь пациентам с миелопролиферативными новообразованиями

### Москва

1. Московский городской гематологический центр  
ГБУЗ г. Москвы Городская клиническая больница им. С. П. Боткина Департамента здравоохранения г. Москвы, 2-й Боткинский пр-д, д. 5.  
☎ +7(495)945-43-00.
2. ФГБУ Национальный медицинский центр гематологии и МЗ РФ. Новый Зыковский проезд, д. 4.  
☎ +7(495)612-45-51.

### Санкт-Петербург

1. ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И. П. Павлова, клиника НИИДОГиТ им. Р. М. Горбачевой, ул. Рентгена, д. 12.  
☎ +7(812)338-62-61
2. ФГБУ РосНИИГТ ФМБА России, ул. 2-я Советская, д. 16
3. ФГБУ Национальный медицинский центр им. В. А. Алмазова МЗ РФ, ул. Аккуратова, д. 2.  
☎ +7(812)702-37-03

## МФН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Слабость  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение)            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе                                       |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Вялость, снижение активности  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза. |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ)         |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ночная потливость   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Кожный зуд  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Повышение температуры (> 37,8 °C)  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Слабость     | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ)   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Вялость, снижение активности

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Ночная потливость

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Кожный зуд

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Слабость     | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ)   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Вялость, снижение активности

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Ночная потливость

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Кожный зуд

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Слабость     | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ)   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Вялость, снижение активности

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Ночная потливость

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Кожный зуд

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Слабость     | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ)   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Вялость, снижение активности

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Ночная потливость

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Кожный зуд

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °C)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|              | 0  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| (ОТСУТСТВИЕ) | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего: 

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (&gt; 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
|              | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

# МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько

сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Вялость, снижение активности

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Ночная потливость

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Кожный зуд

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Повышение температуры (> 37,8 °С)

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--|
| 0            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

### МПН 10 УЗНАЙТЕ СВОЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ф.И.О.: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Заполните бланк ниже, чтобы оценить тяжесть симптомов заболевания.

Симптом: от 0 до 10 баллов, где 0 – отсутствие, 10 – максимальная степень тяжести, которую Вы можете себе представить

Оцените слабость (усталость, утомляемость), обведя одно число, которое наиболее соответствует МАКСИМАЛЬНОМУ уровню слабости за последние 24 часа.

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Слабость     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Обведите одно число, которое соответствует тому, насколько сильно Вас беспокоили каждый из нижеперечисленных симптомов за прошедшую неделю

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ощущение быстрого наполнения желудка во время еды (раннее насыщение) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Неприятные ощущения (дискомфорт) в животе | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|                              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Вялость, снижение активности | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)                 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Проблемы с концентрацией внимания — по сравнению с состоянием до установления диагноза. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|                   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Ночная потливость | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|              |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Кожный зуд   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Боль в костях (не в суставах, не в мышцах, без четкой локализации) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

|                                   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Повышение температуры (> 37,8 °С) | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  |
| (ОТСУТСТВИЕ)                      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ – ПОСТОЯННО, КАЖДЫЙ ДЕНЬ) |

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| Непреднамеренное снижение веса (массы тела) за последние 6 месяцев | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10   |
| (ОТСУТСТВИЕ)   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | (МАКСИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ, КОТОРУЮ ВЫ МОЖЕТЕ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ) |

Чтобы получить четкую общую картину своего самочувствия, Вы можете сложить все баллы и рассчитать общий результат.

Всего:

