

# Ramsays Definition av Myalgisk Encefalomyelit (ME)

Källa: <http://www.meactionuk.org.uk/definition.html>

1955, efter ett epidemisk utbrott på "the Royal Free Hospital" i London, myntade Dr Melvin Ramsay på sjukhusets infektionsavdelning uttrycket "Benign Myalgisk Encefalomyelit". Han slopade senare "benign" (=godartad) av uppenbar anledning. Han var engagerad i ME fram till sin död 1990.

## Ramsays formaliserade definition 1988

ME är en endemisk sjukdom som ibland uppträder i epidemisk form.

### Insjuknande

Insjuknandet kan vara plötsligt och utan tydlig orsak, till exempel en plötslig attack av akut yrsel. Vanligtvis finns en historia av infektion i de övre andningsvägarna eller, ibland, i mage och tarm. Alla fall har låggradig feber (upp till 38° C) som vanligtvis avtar inom en vecka.

Sedan förekommer en ihållande och djup utmattning/trötthet tillsammans med en blandning av symtom såsom huvudvärk, svindel och en rad av symtom från muskler såsom smärta, kramp, ryckningar, ömhet och svaghet (speciellt efter träning). Andra symtom inkluderar parestesi (=ofullständig förlamning), frekvent urinering, suddig syn, och/eller hyperacusis (=överkänslighet emot ljud) (ibland växlande mellan dövhet eller normal hörsel), tinnitus, svim-attacker som ibland kan bero på hypoglukemi (=lågt blodsocker) och en allmän känsla av att "må hemskt dåligt".

### Det etablerade syndromet

När syndromet är helt etablerat, finns tre grupper av symtom:

#### 1. Muskelfenomen

- Uttröttbarhet hos muskler. Även efter en mindre grad av fysisk aktivitet, kan 3 eller fler dagar förflyta innan full muskelkraft är återställd. Detta särdrag unikt och är absolut nödvändigt ("sheet anchor") för diagnos. I milda/medelsvåra (moderate) fall kan normal muskelkraft förekomma i remission (=temporär tillbakagång av symtom).
- Muskelspasm och ryckningar. I svåra fall kan det finnas svullna och mycket ömma band/fibrer/remсор/grupper (band) av muskler inklusive mycket små punkter med kraftig ömhet i trapezius (=kappmuskeln) och gastrocnemius (=vadmuskeln) (de muskler som oftast är involverade).

#### 2. Försämring av cirkulation

- Kalla extremiteter.
- Överkänslighet emot klimatförändringar.
- Askgrå ansiktsfärg, 20 till 30 minuter innan patienten får sjukdomskänslor

#### 3. Cerebral Dysfunktion (=funktionsrubbning hos hjärna)

Huvudsakliga särdrag

- Försämring av minne
- Försämring av koncentrationsförmåga
- Emotionell labilitet

Andra vanliga särdrag

- Använder fel ord
- Förändring av sömnrytm eller livliga drömmar

- Frekvent urinering
- Hyperacusis (=överkänslighet emot ljud)
- Episodiska svettningar
- Ortostatisk tachycardi (=ökad hjärtfrekvens vid upprätt ställning)

Andra särdrag att lägga märke till

- Symtom och kliniska fynd varierar över dagen
- Tendens att bli kronisk. Åtminstone 25%