

Checklist NMDA: **fysieke symptomen**

0	Nooit	0 punten
1.	Soms	1 punten
2.	Regelmatig	2 punten
3.	Vaak	3 punten
4.	Meestal	4 punten

Voornaam en naam:

Leeftijd:

Geslacht:

Datum:

	Psychische symptomen (aanduiden met X)	0	1	2	3	4
1	Snellere hartslag - bonkende hartslag - aritmie					
2	Gespannen en/of pijnlijke spieren en/of gewrichten					
3	Drukkend gevoel in de borststreek (hart en/of longen)					
4	Duizelig gevoel na opstaan van bed of stoel (orthostatische hypotensie)					
5	Hoofdpijn - migraine					
6	Chronische pijn					
7	Oorsuizen					
8	Verhoogde histamine of histamine-intolerantie					
9	Moeite met herstel na fysieke inspanning					
10	Chronische vermoeidheid					
11	Eiwitbezinsel en/of ammoniakgeur in urine ⁽¹⁾					
12	Benauwde ademhaling – kortademigheid					
13	Plots troebel zicht en/of nachtblindheid (niet goed kunnen zien met weinig licht)					
14	Maagzuurproblemen – reflux – ontsteking aan slokdarm (klep) – gevoel dat het voedsel niet zo makkelijk zakt in slokdarm en (soms) blijft steken					
15	Moe na het eten van brood – pasta – aardappelen – rijst - suiker					
Totaal per categorie						
Algemeen totaal:						

⁽¹⁾ Urine opvangen in doorzichtig potje en 48 uur laten staan in de koelkast

< 10	NVT
10 - 20	Matige NMDA
20 - 35	Hyper-NMDA – fase 1
35 - 60	Hyper-NMDA – fase 2

Notities van de zorgverlener: