

Анамнеза на автономната нервна система (АНС)

Попълва се от клинициста по време на прегледа, заедно с пациента.

Пациент		ID / Досие	
Дата		Клиницист	
Рожд. дата		Пол	

А. Контекст и основна причина

1. Каква е основната причина за днешния преглед? (1-2 реда)	
2. Кога започнаха симптомите? (дата / приблизително)	
3. Имаше ли отключващ фактор? (инфекция, операция, травма, стрес, бременност, промяна на медикаменти, пътуване, неизвестно)	☐ Инфекция ☐ Операция ☐ Травма ☐ Стрес ☐ Бременност ☐ Промяна мед. ☐ Пътуване ☐ Неизв.
4. Ход: постоянен / епизодичен / прогресивен / флукутиращ	☐ Постоянен ☐ Епизодичен ☐ Прогресивен ☐ Флукутиращ
5. Тежест	Днес Най-лошо 2 с
6. Топ 3 цели на лечението (сън / болка / умора / тревожност / функция / друго)	

В. Сън и циркаден ритъм

7. Трудности при заспиване?	☐ Да ☐ Не Мин:
8. Събуждате ли се през нощта? (брой събуждания)	☐ Да ☐ Не
9. Събуждате ли се твърде рано и не можете да заспите отново?	☐ Да ☐ Не
10. Чувствате ли се възстановен/а след сън? (0-10)	
11. Дремки през деня? (никога / понякога / ежедневно; минути)	
12. Работа на смени / чести пътувания с часови разлики / късно хранене? (детайли)	

С. Ортостатични и сърдечно-съдови

13. Замайване/прилошаване при изправяне?	Чест Инт
	Никога / Понякога / Често / Ежедневно
14. Припадък или почти припадък през последните 12 месеца?	☐ Да ☐ Не
15. Сърцебиене или епизоди на учестен пулс? (тригери; болка в гърдите?)	☐ Да ☐ Не
16. По-лошо след топлина, душ, дехидратация или продължително стоене прав?	☐ Да ☐ Не
17. Студени ръце/крака или промяна в цвета (бледо/синьо/червено)?	☐ Да ☐ Не
18. Непоносимост към усилие (необичайна умора/симптоми при леко усилие)?	☐ Да ☐ Не

Анамнеза на автономната нервна система (АНС)

Попълва се от клинициста по време на прегледа, заедно с пациента.

Пациент		ID / Досие		Дата	
---------	----------------------	------------	----------------------	------	----------------------

С. Ортостатични и сърдечно-съдови

19. Известни проблеми с кръвното налягане (ниско / високо / променливо / неизвестно)
- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| ☐ Ниско | ☐ Високо |
| ☐ Променливо | ☐ Неизв. |

Д. Дишане / регулация на дишането

20. Задух, който не се обяснява с усилие? ☐ Да ☐ Не
21. Епизоди на учестено дишане / „липса на въздух“ / изтръпване около устата/ръцете? ☐ Да ☐ Не
22. Хъркане, наблюдавани апнеи или събуждане със задушаване? ☐ Да ☐ Не

Е. Стомашно-чревни

23. Гадене Чест
Никога / Понякога / Често
24. Повръщане или позиви за повръщане? ☐ Да ☐ Не
25. Рефлукс/киселини? ☐ Да ☐ Не
26. Ранно засищане или намален апетит? ☐ Да ☐ Не
27. Коремна болка/подуване (0-10; отключващи фактори)
28. Изхождания: запек / диария / неотложност. Посочете честота/седмица.

Г. Терморегулация и изпотяване

29. Непоносимост към топлина ☐ Да ☐ Не
30. Непоносимост към студ ☐ Да ☐ Не
31. Прекомерно изпотяване / нощно изпотяване ☐ Да ☐ Не
32. Намалено изпотяване или много суха кожа спрямо преди ☐ Да ☐ Не
33. Приливи (лице/гърди) или температурни колебания ☐ Да ☐ Не

Г. Пикочно-полови и сексуална функция

34. Често уриниране/неотложност или нощно уриниране (0 / 1 / 2 / 3+ на нощ)
35. Епизоди на инконтиненция (при усилие/неотложност) ☐ Да ☐ Не
36. Болка при пълнене на пикочния мехур или при уриниране ☐ Да ☐ Не
37. Проблеми със сексуалната функция (по желание) ☐ Да ☐ Не

Анамнеза на автономната нервна система (АНС)

Попълва се от клинициста по време на прегледа, заедно с пациента.

Пациент		ID / Досие		Дата	
---------	----------------------	------------	----------------------	------	----------------------

Н. Болка, сетивни симптоми и мускулен тонус

38. Хронична болка >3 месеца? (основни места)	☐ Да ☐ Не	
39. Невропатни симптоми (парене, мравучкане, „електрошок“, изтръпване)?	☐ Да ☐ Не	
40. Мускулна стегнатост/спастичност/крампи или синдром на неспокойните крака?	☐ Да ☐ Не	
41. Главоболие/мигрена, напрежение в челюстта/бруксизъм или лицева болка?	☐ Да ☐ Не	

И. Умора, когнициия, настроение и безопасност

42. Постоянна умора или „срив“ след усилие (по-лошо след активност)?	☐ Да ☐ Не	
43. „Мозъчна мъгла“ / проблеми с концентрацията	Чест	Никога / Понякога / Често
44. Настроение (тревожност и/или потиснатост / загуба на интерес)	Чест	Никога / Понякога / Често
45. Мисли за самонараняване или усещане за опасност? (активирайте протокол при Да)	☐ Да ☐ Не	

Допълнителни полета

Медикаменти (вкл. без рецепта), добавки, кофеин/никотин, хидратация/сол, важни диагнози/операции, текущ екип за лечение:

Анамнеза на автономната нервна система (АНС)

Обективно проследяване (BCP, сън и кортизол)

Обективно проследяване (BCP, сън и кортизол)

BCP (вариабилност на сърдечния ритъм) — поне 3 измервания

Дата	BCP ПРЕДИ	BCP СЛЕД	Бележки

Измервания на кортизол (1–3)

Дата / час	Резултат (ед.)	Бележки

Дневник сесии NESa (10)

Първи цикъл: 10 сесии (минимум 2 сесии/седмица).

#	Дата	Бележки
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Подбрани актуални източници

• Baker JR, Hira R, Uppal J, Raj SR. Clinical Assessment of the Autonomic Nervous System. Card Electrophysiol Clin. 2024;16(3):239–248. doi:10.1016/j.ccep.2024.02.001.

• Wieling W, Kaufmann H, Claydon VE, et al. Diagnosis and treatment of orthostatic hypotension. Lancet Neurol. 2022;21(8):735–746. doi:10.1016/S1474-4422(22)00169-7.

• Hovaguimian A. Dysautonomia: Diagnosis and Management. Neurol Clin. 2023;41(1):193–213. doi:10.1016/j.ncl.2022.08.002.

• Novak P, Systrom DM, Marciano SP, et al. Mismatch between subjective and objective dysautonomia. Sci Rep. 2024;14:2513. doi:10.1038/s41598-024-52368-x.

• O'Dell JA, Walker A, Latham AJ, et al. The Diagnostic Journey of Dysautonomia Patients: Insights from a Patient-Reported Outcome Study. J Patient Exp. 2025;12:23743735251314651. doi:10.1177/23743735251314651.

Анамнеза на автономната нервна система (АНС)

Дневник сън/актиграфия (Дни 1-42) — Базова седмица Дни 1-7 ако няма предишна актиграфия.

Ден	Дата	Ефект. %	Общо сън (ч)	REM (ч)	Не-REM (ч)	Събужд. (#)	Устройство	Бележки
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								
31								
32								
33								
34								
35								
36								
37								
38								
39								
40								
41								
42								