

Для предварительной оценки наличия дефицита магния — пациенту необходимо ответить на 23 вопроса* (MDQ-23)

Далее:

1

Определите баллы для каждого вопроса на основании ответа пациента

2

Сложите баллы для расчета вероятного дефицита магния

ВОПРОСЫ MDQ-23

Для определения дефицита магния в организме предлагаем ответить на 23 вопроса. Выберите утверждения из списка, характерные для Вас

*В исследовании SONOROUS валидация тестов MDQ-10 и MDQ-23 проводилась на популяции беременных женщин и женщин с гормонозависимыми заболеваниями

1	Чрезмерное эмоциональное напряжение	+2 балла
2	Раздражительность или быстрая возбудимость	+2 балла
3	Бессонница	+1 балл
4	Судороги	+2 балла
5	Тики в области глаз, легкое подергивание лицевых мускулов или других мышц тела	+1 балл
6	Судороги в руках и ногах	+2 балла
7	Ком в горле или чувство удушья при спазмах в пищеводе	+2 балла
8	Хронические заболевания почек	+2 балла
9	Пролапс митрального клапана	+4 балла
10	Частые диареи или запоры	+2 балла
11	Прием любых мочегонных средств	+1 балл
12	Прием более 7 доз алкоголя еженедельно	+1 балл
13	Высокая потребность в углеводах и/или шоколаде	+2 балла
14	Низкое употребление зелени и зеленых овощей, салатов, злаков и свежих фруктов	+1 балл
15	Хроническая усталость	+1 балл
16	Мышечная слабость	+2 балла
17	Постоянное чувство покалывания в теле	+2 балла
18	Потеря концентрации внимания	+1 балл
19	Чувство беспокойства	+2 балла
20	Хронические депрессии без очевидной причины	+2 балла
21	Значительное снижение сексуальной и жизненной активности	+2 балла
22	Регулярное употребление кальция без магния	+3 балла
23	Частое использование антибиотиков, стероидов, оральных контрацептивов, индометацина, цисплатина, амфотерицина В, холестирамина, синтетических эстрогенов	+1 балл

Интерпретация результатов, MDQ-23**



**Полученный результат тестирования не является диагнозом. Необходима консультация специалиста

Используемый источник литературы:

1. Orlova S, Dikke G, Pickering G, Konchits S, Starostin K, Bevz A. Magnesium Deficiency Questionnaire: A New Non-Invasive Magnesium Deficiency Screening Tool Developed Using Real-World Data from Four Observational Studies. Nutrients. 2020 Jul 11;12(7):2062. doi: 10.3390/nu12072062.

МАТЕРИАЛ НОСИТ ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЙ ХАРАКТЕР

sanofi

MAT-RU-2202835-1.0-04/2023

ООО «ОПЕЛЛА ХЕЛСКЕА», группа компаний Санофи.
г. Москва. 125009, Москва, ул. Тверская, д. 22

Телефон:
+7 (495) 721-14-00

Веб-сайт:
www.sanofi.ru