

# Kérdőív

## az obstruktív alvási apnoé szindróma kockázatának felméréséhez

NÉV: \_\_\_\_\_

### KÉRDÉSEK ÉS ADATOK

- | 1. Neme  |   |                                       |   |                                       | Pontszámok |
|--|---|---------------------------------------|---|---------------------------------------|------------|
| <input type="checkbox"/> FÉRFI   | 2 | <input type="checkbox"/> NŐ           | 1 |                                       |            |
| 2. Életkora a kitöltés évében  |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> 30 év vagy alatta   | 1 | <input type="checkbox"/> 30 ÉV FELETT | 2 |                                       |            |
| 3. BMI (kg/m <sup>2</sup> ) érték (számítása: testsúly (kg) ÷ magasság (cm) ÷ magasság (cm) x 10 000)                  |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> 30 ALATT  | 1 | <input type="checkbox"/> 30-35 KÖZÖTT | 2 | <input type="checkbox"/> 35 ÉV FELETT | 3          |
| 4. Előfordult-e már, hogy vezetés közben elbóbiskolt vagy elaludt?   |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 3 | <input type="checkbox"/> NEM          | 0 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 2          |
| 5. Aluszékonyság miatt volt-e személyi sérüléssel, vagy anyagi kárral járó közlekedési balesete az elmúlt három évben? |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 4 | <input type="checkbox"/> NEM          | 0 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 3          |
| 6. Szokott-e szinte minden alvás során horkolni?   |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 2 | <input type="checkbox"/> NEM          | 0 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 1          |
| 7. Mondták-e már Önnek, hogy alvás közben légzéskimaradása volt?   |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 1 | <input type="checkbox"/> NEM          | 0 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 0          |
| 8. Jellemzően kipihenten ébred-e egy egész éjszakás alvást követően?   |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 0 | <input type="checkbox"/> NEM          | 2 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 1          |
| 9. Van-e magas vérnyomása, vagy kezelik-e ezzel a betegséggel?   |   |                                       |   |                                       |            |
| <input type="checkbox"/> IGEN  | 2 | <input type="checkbox"/> NEM          | 0 | <input type="checkbox"/> NEM TUDOM    | 1          |

Kérem fordítson, a teszt folytatódik a következő oldalon!

RÉSZÖSSZEG (A)

## A nappali aluszékonyosság felmérésére szolgáló kérdések

0	1	2	3
biztosan nem	kevésbé valószínű	valószínű	szinte biztosan

Mennyire valószínű, hogy az alább felsorolt helyzetekben elbóbiskolna vagy elaludna, szemben azzal, mint amikor csak fáradtságot érez?

### EPWORTH NAPPALI ALUSZÉKONYSÉGI SKÁLA (ESS)

E pontok

1. Ülve, olvasás közben:

0            1            2            3

2. Televízió nézés közben:

0            1            2            3

3. Nyilvános helyen üldögélve, ahol nem kell aktívan részt vennie (pl. előadáson):

0            1            2            3

4. Autóban utasként ülve egyórás, megállás nélküli utazás során:

0            1            2            3

5. Amennyiben lehetősége van délután lefeküdni pihenésre alkalmas környezetben:

0            1            2            3

6. Ülve, társalgás közben:

0            1            2            3

7. Csendben üldögélve ebéd után, amelyhez nem fogyasztott alkoholt:

0            1            2            3

8. Gépjárművet vezetve, ha a forgalom miatt néhány percig kénytelen megállni:

0            1            2            3

E pontok ÖSSZESEN

0-10 közötti E pont értéke: 0 pontszám

11-14 közötti E pont értéke: 2 pontszám

15-24 közötti E pont értéke: 4 pontszám

A nappali aluszékonyosság pontszáma (B)

Az első oldal alján lévő részösszeg (A)

**A TESZT EREDMÉNYE (A + B)**

Hely, dátum:

Vizsgált személy aláírása