

Fragebogen zur Tagesschläfrigkeit (Epworth Sleepiness Scale)

Datum:

Die folgende Frage bezieht sich auf Ihr normales Alltagsleben in der letzten Zeit:

Für wie wahrscheinlich halten Sie es, daß Sie in einer der folgenden Situationen einnicken oder einschlafen würden, - sich also nicht nur müde fühlen?

Auch wenn Sie in der letzten Zeit einige dieser Situationen nicht erlebt haben, versuchen Sie sich trotzdem vorzustellen, wie sich diese Situationen auf Sie ausgewirkt hätten.

Benutzen Sie bitte die folgende Skala, um für jede Situation eine möglichst genaue Einschätzung vorzunehmen und kreuzen Sie die entsprechende Zahl an:

- 0 = würde *niemals* einnicken**
- 1 = *geringe* Wahrscheinlichkeit einzunicken**
- 2 = *mittlere* Wahrscheinlichkeit einzunicken**
- 3 = *hohe* Wahrscheinlichkeit einzunicken**

Situation	Wahrscheinlichkeit einzunicken
Im Sitzen lesend	① ② ③ ④
Beim Fernsehen	① ② ③ ④
Wenn Sie passiv (als Zuhörer) in der Öffentlichkeit sitzen (z.B. im Theater oder bei einem Vortrag)	① ② ③ ④
Als Beifahrer im Auto während einer einstündigen Fahrt ohne Pause	① ② ③ ④
Wenn Sie sich am Nachmittag hingelegt haben, um auszuruhen	① ② ③ ④
Wenn Sie sitzen und sich mit jemand unterhalten	① ② ③ ④
Wenn Sie nach dem Mittagessen (ohne Alkohol) ruhig dasitzen	① ② ③ ④
Wenn Sie als Fahrer eines Autos verkehrsbedingt einige Minuten halten müssen	① ② ③ ④
Bitte nicht ausfüllen	Summe

Dr. Thomas Thormann
Facharzt für Innere Medizin
Lungenheilkunde, Allergologie
Luise Wintermeyer
Fachärztin für Innere Medizin
Gastroenterologie

Preußerstr. 1-9 24105 Kiel
☎ 0431- 30821 Fax –3053523



IKAD
Internistische Kooperative
am Dreiecksplatz

Information zur nächtlichen „Schlafmessung“.

Sie sind zu einer nächtlichen Messung wegen „Schlafstörungen“ überwiesen worden?

Bitte füllen Sie die ausgehändigten Fragebögen sorgfältig aus, das Ihnen beim verabredeten Termin mitgegebene Gerät schaltet sich nachts selbstständig an. Bitte legen Sie es gewissenhaft nach Vorschrift an, nur so ist eine gute Messung gewährleistet.

Bitte kommen Sie mit dem Gerät am nächsten Morgen wieder in die Praxis, es sei denn etwas anderes ist extra vereinbart worden. Bringen Sie bitte die Fragebögen wieder zurück.

Nach der Auswertung entscheidet sich, ob ein ca 2-tägiger Aufenthalt in einem Schlaflabor zu weiteren Messungen notwendig ist.

Hier kann entschieden werden, ob zum Beispiel eine Nasenmaske mit elektrischer „Atemhilfe“ dauerhaft angepaßt werden muß oder eine Kiefer-Aufbisschiene ausreicht

Es bedarf dann noch weiterer Untersuchungen vorher:

- aktuelles Röntgenbild der Lunge
- Lungenfunktionsprüfung und Sauerstoffmessung im Blut

Diese Untersuchungen finden nach Terminabsprache bei uns statt.

- **HNO-Arzt-Untersuchung**
- **EKG und Blutentnahme (BB, GGT, TSH, Krea, Ca) durch den Hausarzt oder durch uns**

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit

Dr. Th. Thormann