

## Segédlet orvosoknak az obstruktív alvási apnoé szindróma kockázatának felméréséhez

### A VIZSGÁLT SZEMÉLY ADATAI

Név: \_\_\_\_\_

### KÉRDÉSEK ÉS ADATOK

		Pontszámok
K1	Neme <input type="checkbox"/> FÉRFI <b>2</b> <input type="checkbox"/> NŐ <b>1</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K2	Életkora a kitöltés évében <input type="checkbox"/> 30 év v. alatt <b>1</b> <input type="checkbox"/> 30 év felett <b>2</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K3	BMI (kg/m <sup>2</sup> ) érték ( testsúly (kg) / magasság <sup>2</sup> (m <sup>2</sup> ) <input type="checkbox"/> 30 alatt <b>1</b> <input type="checkbox"/> 30-35 között <b>2</b> <input type="checkbox"/> 35 felett <b>3</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K4	Előfordult-e mér, hogy vezetés közben elbóbiskolt vagy elaludt? <input type="checkbox"/> IGEN <b>3</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>0</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>2</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K5	Aluszékonyosság miatt volt-e személyi sérüléssel, vagy anyagi kárral járó közlekedési balesete az elmúlt három évben? <input type="checkbox"/> IGEN <b>4</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>0</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>3</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K6	Szokott-e szinte minden alvás során horkolni? <input type="checkbox"/> IGEN <b>2</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>0</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>1</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K7	Mondták-e már Önnek, hogy alvás közben légzéskimaradása volt? <input type="checkbox"/> IGEN <b>1</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>0</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>0</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K8	Jellemzően kipihenten ébred-e egy egész éjszakás alvást követően? <input type="checkbox"/> IGEN <b>0</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>2</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>1</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
K9	Van-e magas vérnyomása, vagy kezelik-e ezzel a betegséggel? <input type="checkbox"/> IGEN <b>2</b> <input type="checkbox"/> NEM <b>0</b> <input type="checkbox"/> nem tudom <b>1</b>	<input style="width: 50px;" type="text"/>
<b>RÉSZÖSSZEG (A)</b>		<input style="width: 50px;" type="text"/>

### EPWORTH NAPPALI ALUSZÉKONYSÁGI SKÁLA (ESS)

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

0	1	2	3
biztosan nem	kevésbé valószínű	valószínű	szinte biztosan

		E pontok
E1	Ülve, olvasás közben: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E2	Televízió nézés közben: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E3	Nyilvános helyen üldögélve, ahol nem kell aktívan részt vennie (pl. előadáson, megbeszélésen): 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E4	Autóban utasként ülve egy órára, megállás nélküli utazás során: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E5	Amennyiben lehetősége van délután lefeküdni pihenésre alkalmas környezetben: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E6	Ülve, társalgás közben: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E7	Csendben üldögélve ebéd után, amelyhez nem fogyasztott alkoholt: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
E8	Gépjárművet vezetve, ha a forgalom miatt néhány percig kénytelen megállni: 0      1      2      3	<input style="width: 50px;" type="text"/>
<b>Összesen (B):</b>		<input style="width: 50px;" type="text"/>

0-10 közötti E pont értéke: 0 pont  
11-14 közötti E pont értéke: 2 pont  
15-24 közötti E pont értéke: 4 pont

Nappali aluszékonyági pontok (B)

Oldal tetején lévő részösszeg (A)

**A TESZT EREDMÉNYE (A+B)**

Hely, dátum:

\_\_\_\_\_  
vizsgált személy aláírása