

**Szűrő kérdőív OSAS kockázatának elbírálásához
Alvásdiagnosztikai szűrővizsgálathoz**

Név:.....

Születési dátum:.....

TAJ-szám:.....

Kérjük, a megfelelő válaszokat a válaszok melletti téglalapban X-szel jelölje meg!

1. Nem:

férfi = (2 pont) nő = (1 pont)

2. Életkor:év pont

(30 év alatti életkor = 1 pont, 31 éves vagy magasabb életkor = 2 pont)

3. Testsúly:kg

4. Testmagasság:cm

BMI=kg/m² pont

*BMI = kg-ban megadott testtömeg osztva a méterben mért testmagasság négyzetével
30 kg/m² alatti BMI = 1 pont 31-35 kg/m² közötti BMI = 2 pont Magasabb BMI = 3 pont*

5. Előfordult már Önnek, hogy elaludt vezetés közben?

igen (3 pont) nem (0 pont) nem tudom (2 pont)

6. Az utóbbi 3 évben volt (személyi sérüléssel vagy anyagi kárral járó) súlyos balesete aluszékonyság miatt?

igen (4 pont) nem (0 pont) nem tudom (3 pont)

7. Éjjelente hangosan horkol?

igen (2 pont) nem (0 pont) nem tudom (1 pont)

8. Mondták már Önnek, hogy alvás közben leáll a légzése?

igen (1 pont) nem (0 pont) nem tudom (0 pont)

9. Egy átaludt éjszaka után kipihenten ébred?

igen (2 pont) nem (0 pont) nem tudom (1 pont)

10. Diagnosztizáltak vagy kezelik artériás magas vérnyomással?

igen (2 pont) nem (0 pont) nem tudom (1 pont)

11. A nappali aluszékonyság felmérésére szolgáló Epworth aluszékonysági teszt eredményéből számított érték: pont

(Epworth skálán elért pontszám: 0-10 = 0 pont 11-14 = 2 pont 15 vagy magasabb = 4 pont)

PONTOK ÖSSZESEN:

KÉRDŐÍV**ALVÁSI APNOE ELBÍRÁLÁSÁHOZ
EPWORTH-SKÁLA**

A teszt során 0-tól 3 pontig terjedő skálán kell választ adni arra, hogy adott szituációban Ön milyen eséllyel alszik el.

0 pont: nem alszik el

1 pont: minimális eséllyel alszik el

2 pont: van rá esély, hogy elalszik

3 pont: valószínű, hogy elalszik

1. Ülő helyzetben történő olvasás közben pont
2. Tévénézés közben pont
3. Előadáson, megbeszélésen, színházban vagy más közösségi alkalmakon való részvétel alatt, ahol nem kell aktívan részt vennie a tevékenységben pont
4. Legalább egy órán keresztül tartó, megszakítás nélküli utazás alatt, utasként pont
5. Délután, Rövid ideig tartó, fekvő helyzetű pihenés közben pont
6. Ülő helyzetben történő, mással folytatott beszélgetés alatt pont
7. Ebédet követő, ebédlőasztalnál történő csendes üldögélés alatt (ha alkoholfogyasztás nem történik) pont
8. Autóban, vezetés közben, ha a forgalom miatt percekig nem tud haladni pont

EPWORTH ÖSSZESEN **pont****Kiértékelés:**

Amennyiben az Ön pontjainak összege:

kevesebb, mint 8 pont: Ön nem szenved fokozott napközbeni aluszékonyságban.

8 és 10 pont között: Ön enyhe napközbeni aluszékonyságban szenved.

11 és 14 pont között: Ön közepesenyhe napközbeni aluszékonyságban szenved.

14 pont felett: Ön súlyos napközbeni aluszékonyságban szenved.

KIÉRTÉKELÉS
ALVÁSI APNOE ELBÍRÁLÁSÁHOZ

Kérjük, adja össze a válaszai utáni téglalapokba írt pontértékeket!

pont

Összegzés:

- Ha az eredmény 10 pont vagy annál magasabb, a szűrés eredménye pozitív.

- Abban az esetben, ha a szűrés eredménye nem éri el a 10 pontot, de
 - az Epworth-skála pontszáma nagyobb 14-nél, vagy
 - a BMI érték magasabb 35-nél
 - vagy az alvási apnoeal gyakorta társuló következő kórképek:
 - magas vérnyomás,
 - szívritmuszavar
 - stroke vagy szívinfarktus,
 - cukorbetegségvalamelyike azonosítható a vizsgált személynél, egyedi mérlegelés alapján az eredmény szintén pozitívnak minősíthető.

- Ha a felmérés eredménye kevesebb, mint 10 pont és a kiegészítő feltételek sem teljesülnek, a szűrés eredménye negatív.

Kitöltés dátuma:

Aláírás:.....