

Segédlet orvosoknak az obstruktív alvási apnoé szindróma kockázatának felméréséhez

Az alvási apnoé szindróma kockázatának felméréséhez kérjük, tegye fel a vizsgált személynek az alábbi kérdéseket, majd egy kereszttel (X) jelölje meg a megfelelő válaszokat. Az adatmezők esetében töltsse ki azokat az aktuális, illetve a helyszínen mért értékekkel! A teszt kiértékeléséhez a válaszokhoz tartozó pontszámokat írja be az adott sor végén lévő kiértékelő mezőbe, majd legvégül ezek összegét írja be az összesítő mezőbe. A teszt eredménye alapján elbírálhatja az alvási apnoé szindróma fennállásának kockázatát.

A VIZSGÁLT SZEMÉLY ADATAI

Név: _____

Lakcím _____

Szül. hely, időpont: _____

TAJ: _____

AKTUÁLISAN MÉRT ADATOK

Testsúly (kg) _____ Testmagasság (cm) _____ Vérnyomás (Hgmm) _____ / _____

KÉRDÉSEK ÉS ADATOK

K1	Neme	☐ FÉRFI	2	☐ NŐ	1	Pontszámok
K2	Életkora a kitöltés évében	☐ 30 év vagy alatta	1	☐ 30 év felett	2	
K3	BMI (kg/m ²) érték {számítása: testsúly (kg) ÷ magasság (cm) ÷ magasság (cm) × 10 000}	☐ 30 ALATT	1	☐ 30-35 KÖZÖTT	2	
		☐ 35 FELETT	3			
K4	Előfordult-e már, hogy vezetés közben elbóbiskolt vagy elaludt?	☐ IGEN	3	☐ NEM	0	
		☐ NEM TUDOM	2			
K5	Aluszékonyság miatt volt-e személyi sérüléssel, vagy anyagi kárral járó közlekedési balesete az elmúlt három évben?	☐ IGEN	4	☐ NEM	0	
		☐ NEM TUDOM	3			
K6	Szokott-e szinte minden alvás során hangosan horkolni?	☐ IGEN	2	☐ NEM	0	
		☐ NEM TUDOM	1			
K7	Mondták-e már Önnek, hogy alvás közben légzéskimaradása volt?	☐ IGEN	1	☐ NEM	0	
		☐ NEM TUDOM	0			
K8	Jellemzően kipihenten ébred-e egy egész éjszakás alvást követően?	☐ IGEN	0	☐ NEM	2	
		☐ NEM TUDOM	1			
K9	Van-e magas vérnyomása, vagy kezelik-e ezzel a betegséggel?	☐ IGEN	2	☐ NEM	0	
		☐ NEM TUDOM	1			
Kérem fordítson, a teszt folytatódik a következő oldalon!						RÉSZÖSSZEG (A)

0	1	2	3
biztosan nem	kevésbé valószínű	valószínű	szinte biztosan

EPWORTH NAPPALI ALUSZÉKONYSÁGI SKÁLA (ESS)

E pontok					Pontszámok	
E1	Ülve, olvasás közben:	0	1	2	3	
E2	Televízió nézés közben:	0	1	2	3	
E3	Nyilvános helyen üldögélve, ahol nem kell aktívan részt vennie (pl. előadáson, megbeszélésen):	0	1	2	3	
E4	Autóban utasként ülve egyórás, megállás nélküli utazás során:	0	1	2	3	
E5	Amennyiben lehetősége van délután lefeküdni pihenésre alkalmas környezetben	0	1	2	3	
E6	Ülve, társalgás közben:	0	1	2	3	
E7	Csendben üldögélve ebéd után, amelyhez nem fogyasztott alkoholt:	0	1	2	3	
E8	Gépjárművet vezetve, ha a forgalom miatt néhány percig kénytelen megállni:	0	1	2	3	
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 aluszékonyság pontszáma (B)	
					Az első oldal alján lévő részösszeg (A)	
					A TESZT EREDMÉNYE (A + B)	

AKTUÁLISAN ALVÁSI APNOÉ SZINDRÓMA GYANÚJA

☐ **FENNÁLL. TOVÁBBI VIZSGÁLAT SZÜKSÉGES**

Vizsgált személy aláírása