



Beschwerdefragebogen zu nächtlichen Atem- und Schlafstörungen

(bitte ankreuzen, wenn die Aussage für Sie zutrifft und Fragebogen zur Besprechung mitbringen)

Nachtsymptome :

- ◇ Haben Sie häufig (mind. 3-4 x / Woche Einschlafstörungen länger als 20 Minuten) ?
- ◇ Wie schnell schlafen Sie ein ? ◇ sofort ◇ 5-10 Min. ◇ 10-20 Min. ◇ länger
- ◇ Wachen Sie häufig nachts auf ? ◇ mind. 3-4 x / Woche (Ursache Lärm, Sorgen, Toilettengang, sonstiges :)
- ◇ Schnarchen Sie teilweise laut oder röchelnd seit : Jahren ?
- ◇ Haben Sie nächtliche Atempausen seit : Jahren ?
- ◇ Schrecken Sie nachts durch Alpträume häufig auf ?
- ◇ Haben Sie abends oft unruhige und / oder kribbelnde Beine ?

Tagessymptome :

- ◇ Fühlen Sie sich oft unausgeschlafen bei : Std. Gesamtschlafdauer ?
- ◇ Haben Sie häufig tagsüber eine lästige / quälende Müdigkeit und Antriebsschwäche ?
- ◇ Besteht eine verstärkte Neigung zum Einnicken und Sekundenschlaf :
 - ◇ bei passiver Aufmerksamkeit (beim Fernsehen, als Beifahrer) ?
 - ◇ bei aktiver Aufmerksamkeit (Arbeit, Gespräch, Auto fahren)?
 - ◇ mit Beinahe – Unfällen in den letzten 2-3 Jahren

Weitere Fragen :

- ◇ Besteht eine regelmäßige Einnahme von Schlaf- und/oder Beruhigungsmedikamenten ?
- ◇ Regelmäßiger Alkoholkonsum (.... Fl. Bier, Glas Wein / Cognac / Whiskey)
- ◇ Nächtlicher Toilettengang / Wasserlassen X / Nacht

EPWORTH SLEEPINESS SCALE¹

Wie leicht fällt es Ihnen, in folgenden Situationen einzuschlafen?

Beim Sitzen und Lesen	0	1	2	3
Beim Fernsehen	0	1	2	3
Im Theater/Kino	0	1	2	3
Als Beifahrer im Auto	0	1	2	3
Wenn Sie sich mittags hinlegen	0	1	2	3
Im Sitzen nach dem Essen	0	1	2	3
Im Auto an einem Rotlicht	0	1	2	3

- 0: unmöglich
- 1: kaum möglich
- 2: gut möglich
- 3: wahrscheinlich

Dr. med. Frank Eberhardt
Innere Medizin / SP Pneumologie
Allergologie / Schlafmedizin

Dr. med. Jürgen Welling
Innere Medizin / SP Pneumologie
Infektiologie/ Schlafmedizin /
Somnologie (DGSM)/Allergologie

Kooperation mit





PDF
Complete

*Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.*

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)