

## Anamnesebogen Schlaf

### 1. Schläfrigkeitsfragebogen

Für wie wahrscheinlich halten Sie es, in einer der folgenden Situationen einzunicken oder einzuschlafen? Vergeben Sie bitte jeweils einen entsprechenden Punktwert von 0 bis 3. Sie müssen die konkreten Situationen nicht selbst erlebt haben. Sie können sich auch einfach vorstellen wie wahrscheinlich es ist, dass Sie in der jeweiligen Lage einnicken bzw. einschlafen. Bitte zählen Sie am Ende alle Punkte zusammen zu einer Summe.

Situation	Wahrscheinlichkeit einzunicken
Im Sitzen lesend	
Beim Fernsehen	
Beim Zuhören, z. B. im Theater, Kino oder bei Vorträgen	
Als Beifahrer im Auto, z. B. bei einer kürzeren Fahrt ohne Pause	
Wenn Sie sich am Nachmittag zum Ausruhen hinlegen	
Sitzend im Gespräch mit einem Partner	
Ruhig sitzend nach einem Mittagessen (ohne Alkohol)	
Im Auto als Fahrer, wenn Sie verkehrsbedingt einige Minuten halten müssen	
Summe	

- 0 Würde niemals einnicken
- 1 Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken
- 2 Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken
- 3 Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken

### 2. Screeningfragebogen Schlafapnoe

Kreuzen Sie bitte zu den jeweiligen Fragen die für Sie zutreffende Antwort an und zählen Sie die Anzahl der Nennungen am Ende zusammen.

		Ja	Nein
<b>Schnarchen</b>	Schnarchen Sie laut (lauter als Sprechen oder hörbar durch eine geschlossene Tür)?		
<b>Müdigkeit</b>	Fühlen Sie sich tagsüber häufig müde oder schläfrig?		
<b>Beobachtung</b>	Hat jemand schon einmal beobachtet, dass Sie im Schlaf aufhören zu atmen?		
<b>Blutdruck</b>	Werden Sie oder wurden Sie wegen hohen Blutdrucks behandelt?		
<b>BMI</b>	Ist Ihr BMI größer als 35? Einen BMI-Rechner finden Sie <i>hier</i> .		
<b>Alter</b>	Sind Sie älter als 50 Jahre?		
<b>Halsumfang</b>	Grösser als 40cm (bei Frauen) bzw. 43cm (bei Männern)?		
<b>Geschlecht</b>	Männliches Geschlecht?		
Summe			