

睡眠時無呼吸症候群スクリーニングテスト

日本呼吸器学会エップワース眠気尺度暫定版

眠くなる状況	眠気の4段階による点数			
	決して眠くならない	稀に(時に)眠くなる	左右の中間	眠くなることが多い
1. 座って読書しているとき				
2. テレビを見ているとき				
3. 公の場所で座って何もしていないとき(劇場や会議など)				
4. 1時間続けて車に乗せてもらっているとき				
5. 状況が許せば、午後横になって休息するとき				
6. 座って誰かと話をしているとき				
7. 昼食後静かに座っているとき				
8. 車中で、交通渋滞で2~3分とまっているとき				
合計点数 () 点				

上記の項目は睡眠時無呼吸症候群のスクリーニング表です。
あなたの合計点数はいくつでしょうか？

睡眠時無呼吸症候群の診断	
10点以下-----正常	経過観察
11~12点-----軽症	
13~15点-----中等	要紹介状
16点以上-----重症	