

青色のペンでアンケートのご記入をお願いします。

**睡眠問診表**

年 月 日

フリガナ

氏名： \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 歳 (男・女) 職業 \_\_\_\_\_

交代勤務 (シフト制) は?  (あり・なし)

運転業務は?  (あり・なし)

◇ 身長: \_\_\_\_\_ cm 体重: \_\_\_\_\_ kg (20歳頃の体重は? \_\_\_\_\_ kg) 現在の体温: \_\_\_\_\_ °C

◇ 睡眠状態 寝る時刻 \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ ~ 起きる時刻 \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_

◇ 受診された理由 (症状) は?

( \_\_\_\_\_ )

◇ 症状: (当てはまるものに○をつけてください)

- ・ いびき (指摘された場合も含む)
- ・ 睡眠時の無呼吸
- ・ 夜間の窒息感
- ・ **鼻づまり**  (あり・なし)
- ・ 居眠り運転をしたことがある  ( 1回 ・ 2回以上 )
- ・ うまく眠れないこと
- ・ 寝汗
- ・ 夜間のトイレの回数  ( 0回 ・ 1回 ・ 2回 ・ 3回以上 )
- ・ 起床時の頭痛、頭重感
- ・ 日中の眠気、全身倦怠感 集中力の低下
- ・ 口の中にすっぱい胃酸の味がして、目が覚めること
- ・ 睡眠中の異常行動 (歩き回ったり、大声を出すなど)
  - 有り ⇒ 内容 \_\_\_\_\_
- ・ 寝入りばなや夜間に足がムズムズ、ほてったり、ピクピク動くこと
- ・ 寝入りばなに夢、幻覚

**裏面もご記入ください。**

- ・体がしびれて動けなくなる事（金縛り）
- ・怒ったり、笑ったりした時、急に体の力が抜ける感じ
- ・1ヶ月以上、憂うつな気分または沈んだ気持ち。
- ・1ヶ月以上、何事にも興味がわかない、心から楽しめない感じ
- ・男性のみ：インポテンツ（男性機能の低下）

◇ 現在かかっている病気？（当てはまるものに○をつけてください）

- ・高血圧 ・心臓病（不整脈、狭心症、心筋梗塞など） ・脳梗塞
- ・糖尿病 （なし・あり）⇒インスリン療法：なし・あり
- ・緑内障 （なし・あり）
- ・脂質異常症（高脂血症） ・高尿酸血症
- ・呼吸器疾患（喘息、気胸、肺炎など）
- ・神経疾患 ・うつ病、またはうつ状態 ・てんかん
- ・耳鼻科疾患（蓄膿症、アレルギー性鼻炎、扁桃肥大など）
- ・貧血 ・消化器疾患 ・肝炎
- ・その他（ ）

治療中で薬を処方されている方は、受付にお薬手帳をご提出ください。

※お持ちでない場合は次回必ずご持参ください。

- ・要介護認定 （なし・あり）⇒要介護度：要支援 1・2 要介護 1・2・3・4・5

◇ 過去にかかったことのある病気？

（ ）

◇ アレルギー？：（なし・あり） ありの場合、具体的に記入して下さい。

（ ）

◇ 飲酒 （無・時々・毎晩）

◇ 喫煙 （吸わない・吸う 本／一日）

◇ （女性の方のみ）現在、妊娠されていますか？：（はい・いいえ）

# 昼間の眠気の自己評価 (Epworth Sleepiness Scale) (Johns)

氏名：	年齢： 歳	記録日： 年 月 日
-----	-------	------------

下記のような状況で、眠くて「うとうと」したり、眠りこんでしまうことがありますか？

このような眠気には「疲れているだけの状態」を含まないので御注意ください。最近の平均的な昼間の状態についてお答えください。質問項目の中に、あなたが実際には経験していない状況がある場合は、仮にそうした状況だったら、どうなるかを考えてご記入ください。

あなたの状態にもっとも近いと思われる番号 (0、1、2、3) を○印で囲ってください。

	眠気が起こる頻度	→				
状況			眠くなることは、	ときどきは眠くなる。	眠くなることが多い。	いつも眠くなる。
a) 座って読書をしている時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
b) テレビを見ている時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
c) 人が大勢いる場所で(会議の席や 劇場/映画館など)、じっと座っている時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
d) 他人が運転する車に、 休憩なしで1時間ほど乗っている時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
e) 午後、横になって休憩している時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
f) 座って人と話している時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
g) 昼食後、静かに座っている時 (飲酒はしていないものとする)	.....	0	.....	1	.....	2..... 3
h) 自分で車を運転中に、交通渋滞などで 2～3分停車している時	.....	0	.....	1	.....	2..... 3

合計点： \_\_\_\_\_