

Leiden Sie an Tagesmüdigkeit bei Parkinson?

Fragebogen zur Tagesmüdigkeit*

Liebe Patientin, lieber Patient,

ein einfacher Fragebogen zur Tagesschläfrigkeit hilft Ihnen dabei, einen Anhaltspunkt zu erhalten, ob eine krankhafte Schlafstörung besteht oder ob andere Gründe für eine erhöhte Tagesmüdigkeit vorliegen.

Bitte beantworten Sie die folgende Frage und beziehen Sie diese auf Ihr normales Alltagsleben in der letzten Zeit:

» Für wie wahrscheinlich halten Sie es, dass Sie in einer der folgenden Situationen einnicken oder einschlafen würden, sich also nicht nur müde fühlen?

Auch wenn Sie in der letzten Zeit einige dieser Situationen nicht erlebt haben, versuchen Sie sich trotzdem vorzustellen, wie sich diese Situation ausgewirkt hätte.

Benutzen Sie bitte die folgende Skala, um für jede Situation eine möglichst genaue Einschätzung vorzunehmen und kreuzen Sie die entsprechende Zahl an:



Situation	Wahrscheinlichkeit des Einnickens (0–3)			
	niemals	gering	mittel	hoch
Im Sitzen lesend	0	1	2	3
Beim Fernsehen	0	1	2	3
Wenn Sie passiv (als Zuhörer) in der Öffentlichkeit sitzen (z. B. im Theater oder bei einem Vortrag)	0	1	2	3
Als Beifahrer in einem Auto während einer einstündigen Fahrt ohne Pause	0	1	2	3
Wenn Sie sich am Nachmittag hingelegt haben, um auszuruhen	0	1	2	3
Wenn Sie sitzen und sich mit jemandem unterhalten	0	1	2	3
Wenn Sie nach dem Mittagessen (ohne Alkohol) ruhig dasitzen	0	1	2	3
Wenn Sie als Fahrer eines Autos verkehrsbedingt einige Minuten halten müssen	0	1	2	3
Summe:				

Auswertung:

Bilden Sie die Summe der Punkte aus den acht Situationen. Haben Sie weniger als 10 Punkte, besteht keine übermäßige Tagesmüdigkeit. Bei einer **Gesamtzahl von 10 und mehr sprechen Sie bitte Ihren Arzt an**, um den Grund für die übermäßige Tagesmüdigkeit zu ermitteln bzw. ob eine Schlafstörung vorliegt.

* basierend auf der Epworth-Schläfrigkeits-Skala

Hinweis für Ihren Arzt

Der Fragebogen zur Tagesmüdigkeit ist ein Patientenfragebogen zur Selbsteinschätzung der Ausprägung von Tagesmüdigkeit (basierend auf der Epworth Sleepiness Scale, ESS).

Das Ergebnis dieses Tests liefert wertvolle Informationen über das mögliche Vorhandensein von übermäßiger Tagesmüdigkeit bzw. über den jeweiligen Ausprägungsgrad bei Ihren Patienten.

Mit Hilfe des Fragebogens soll der Patient die Wahrscheinlichkeit einschätzen, dass er, verglichen mit einem einfachen Gefühl der Müdigkeit, in den gegebenen Situationen einschläft. Auch wenn die entsprechenden Situationen länger zurückliegen, soll darüber nachgedacht werden, inwieweit eine Beeinträchtigung stattgefunden hat.

Es werden insgesamt acht typische Alltagssituationen beschrieben, für die der Patient jeweils die Wahrscheinlichkeit einzunicken angeben soll. Die subjektive Einschätzung erfolgt auf einer vierstufigen Skala (0 = würde niemals einnicken bis 3 = hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken). Die Testdurchführung dauert 1 – 2 Minuten und kann vom Patienten einfach alleine durchgeführt werden. Zur Auswertung wird ein Summenscore aus den acht Items gebildet (0 – 24 Punkte).

» Bewertung der Ergebnisse

Eine Gesamtpunktzahl von 10 oder mehr zeigt die Notwendigkeit weiterer ärztlicher Untersuchungen an, um den Grund für die übermäßige Tagesmüdigkeit zu ermitteln bzw. ob eine Schlafstörung besteht. Bei einer Gesamtpunktzahl unter 10 besteht keine übermäßige Tagesmüdigkeit.



www.desitin.de/parkinson

**DESITIN**
SUCCESS IN CNS