

Vairuotojų sveikatos tikrinimo
reikalavimų ir tvarkos aprašo
priedas

KLAUSIMYNAS DĖL OBSTRUKCIŅS MIEGO APNĒJO

VARDAS:

PAVARDĒ:

AK:

(pildymo data)

1.	Lytis	Vyras <input type="checkbox"/> Moteris <input type="checkbox"/>
2.	Amžius	
3.	Svoris	
4.	Ūgis	
5.	Ar vairuodamas buvotē užsnūdēš?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>
6.	Ar buvotē patekēš ģ rimtā autojvykj (buvotē sužeistas ar buvo sudaužyta transporto priemonē) dēl mieguistumo per pastaruosius 3 metus?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>
7.	Ar Jūs knarkiatē beveik kiekvienā naktģ?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>
8.	Ar kas nors Jums yra sakēš, kad nustojatē kvēpuoti miego metu?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>
9.	Ar atsibundatē pailsējēš po nakties miego?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>
10.	Ar Jūsģ kraujo spaudimas būnā padidējēš arba vartojatē vaistus, skirtus kraujo spaudimui mažinti?	Taip <input type="checkbox"/> Ne <input type="checkbox"/> Nežināu <input type="checkbox"/>

* Klausimynas dēl obstrukciŅs miego apnējos ir *Epworth* mieguistumo skalē turi būti atspausdinta ant vieno lāpo iš abiejģ pusģ.

Prašomē užpildyti *Epworth* mieguistumo skalē kitojē lāpo pusējē*.

EPWORTH MIEGUISTUMO SKALĖ

Prašome užpildyti *Epworth* mieguistumo skalę, skirtą tikimybei, kad Jūs užsnūsite ar užmigsite, esant situacijoms, pateiktoms toliau esančioje lentelėje, neatsižvelgiant į nuovargį, įvertinti. Atsakymai turi apibūdinti Jūsų šių dienų gyvenimo būdą. Jeigu Jūs paskutiniu laiku nebuvote tokiose situacijose, pabandykite įsivaizduoti, kaip jose jaustumėtės. Į lentelės balų skiltį įrašykite vieną iš skalėje pateiktų labiausiai kiekvienai situacijai tinkančių skaičių:

0 = niekada nesnaudžiu

1 = nedidelė galimybė užsnūsti

2 = vidutinė galimybė užsnūsti

3 = didelė galimybė užsnūsti

Svarbu įvertinti situaciją kuo tiksliau.

Situacija	Balai
Sėdint ir skaitant	
Žiūrint televizorių	
Ramiai sėdint viešojoje vietoje (pvz., teatre ar susirinkime)	
Valandą laiko be pertraukos keliaujant automobiliu keleivio vietoje	
Atsigulus pailsėti pietų metu, kai leidžia aplinkybės	
Sėdint ir su kuo nors kalbantis	
Ramiai sėdint, papietavus, negėrus alkoholinių gėrimų	
Vairuojant automobilį, stabelėjus kelioms minutėms spūsties metu	

Užtikrinu, kad mano pateikta informacija yra teisinga, ir suprantu, kad pablogėjus sveikatos būklei turiu nedelsdamas (-a) kreiptis į gydytoją.

(parašas)

(vardas, pavardė)