

睡眠時無呼吸アンケート

このアンケートは「いびき」「睡眠時無呼吸」の診断と治療に必要なものです。

- ① 各質問について、当てはまると思う答えの□のなかに✓印をつけてください。
- ② 終わりまで記入して、診療の際ご提出下さい。

フリガナ 氏名：	性別： 男 ・ 女
生年月日： 明治 ・ 大正 ・ 昭和 ・ 平成	年 月 日生(才)
現住所： 〒	
メールアドレス：	
電話番号と連絡できる時間帯	
自宅：	午前・午後 時頃～午前・午後 時頃
携帯電話：	午前・午後 時頃～午前・午後 時頃
勤務先：	午前・午後 時頃～午前・午後 時頃
勤務先名：	職業/職種：
本日、マイナンバー保険証による診療情報取得への同意 <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
受診理由： 当院を知ったきっかけ：	
妊娠の可能性はありますか？（女性のみ） <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	

記入日：令和 年 月 日

1. 「いびき」や「睡眠時無呼吸」について、どんな点でお困りですか？

- 「いびき」が大きい
- 睡眠中に呼吸がとまる
- 睡眠中に息が苦しくなって目が覚めることがある
- 熟睡できない
- 昼間に眠くなって困る
- 自分では困ってないが、家族に受診を勧められた
- その他：

2. 「いびき」や「睡眠時無呼吸」について

- ① 「いびき」をかくといわれるようになったのは、いつ頃からですか？
_____才頃から わからない
- ② 「呼吸が止まる」といわれるようになったのは、いつ頃からですか？
_____才頃から わからない 呼吸が止まることはない

3. 睡眠についてお尋ねします。

① 普段は何時に就寝し、何時に起床しますか？

_____ 時に就寝、 _____ 時に起床

② 夜は眠れますか？

- 寝つきがよい 朝まで熟睡できる
寝つきが悪い しばしば目を覚ます 何回もトイレに起きる
眠りが浅く、熟睡感がない
朝早く目が覚めてしまい、その後眠れない
その他：

③ 次のようなことが眠っている時ありますか、または家族に「ある」といわれますか？

- 口を開けて眠っている 「ねごと」をいう 尿をもらしてしまうことがある
「うなされる」ことがある 寝相が悪い 寝ぼけることがある
「歯ぎしり」をする 下肢がピクピクと周期的に動く

④ 朝起きた時の調子はどうですか？

- 目覚めがよく、すっきりしている 体調に特別な異常はない
なかなか目が覚めない ぐっすり眠った感じがしない 頭が重い、頭痛がする
体がだるくて眠い 気分が滅入る、気力が湧かない
口や「のど」が乾いている 吐き気がする その他：

⑤ 昼間眠くなることがありますか？

- 毎日のようにある 時々ある ほとんどない

↓

↓

昼間眠くなると答えた方：どんな時に眠くなりますか？

- 電車やバスで座っている時 座って仕事中 会議中 座ってテレビ/読書中
会話中 歩行中 その他：

⑥ 運転中に眠くなることがありますか？ はい いいえ 運転しない

↓

「眠くなることがある」と答えた方：居眠り事故を起こしたことは？

- ある ない 事故にはならなかったが、ヒヤッとしたことがある
その他：

4. 体重について

① 現在の体重は _____ kgで、 _____ cmです

② いつ頃から体重が増え始めましたか？ _____才頃から

5. 晩酌や寝酒をしますか？ ほぼ毎晩 週 4～5 回 週 2～3 回 いいえ



晩酌や寝酒をする方：なにをどのくらいですか？

6. 煙草を吸っていますか？ 吸っている やめた 吸わない



煙草を吸っている方：平均して1日 _____本くらい

7. 耳鼻科疾患について

「鼻づまり(鼻の通りが悪いと思うこと)」がありますか？

いつもある 特に寝ている時にある ときどきある ない

8. 身体疾患について

現在・過去において何か疾患はありますか？ はい いいえ



「はい」と答えた方：どんな疾患か、該当するものすべてに「✓印」を付けてください。

高血圧 狭心症 呼吸器疾患 不整脈 糖尿病
心筋梗塞 脳梗塞 緑内障 その他：

9. 現在、薬を服用していますか(常用薬)？ はい いいえ



「はい」と答えた方：どんな薬か、該当するものすべてに「✓印」を付けてください。

高血圧の薬 不整脈の薬 心臓の薬 高脂血症の薬
糖尿病の薬 高尿酸血症/痛風の薬 利尿薬 前立腺肥大/頻尿の薬
点鼻薬 鼻炎の薬 アレルギーの薬 咳止めの薬
喘息の薬 鎮痛剤 ホルモン剤 ビタミン剤 漢方薬
解熱剤 抗生物質 胃腸薬 胃潰瘍の薬 便秘薬
睡眠薬 その他：
(薬名： _____)

10. 薬に対するアレルギーがありますか？ ある ない わからない



「ある」と答えた方：どんな薬に対してアレルギーがありますか？

昼間の眠気の自己評価

もし、以下の状況になったとしたら、どのくらいとうとする（数秒～数分眠ってしまう）と思いますか。最近の日常生活を思いうかべてお答え下さい。
各項目で、1つだけ○をつけてください。

どんな時に眠くなりますか？		眠ってしまうことはない	時に眠ってしまう	しばしば眠ってしまう	ほとんど眠ってしまう
1	座って何かを読んでいるとき（新聞、雑誌、本、書類など）	0	1	2	3
2	座ってテレビを見ているとき	0	1	2	3
3	会議、映画館、劇場などで静かに座っているとき	0	1	2	3
4	他の人の運転する車に1時間以上続けて乗っているとき	0	1	2	3
5	午後に横になって、休息をとっているとき	0	1	2	3
6	座って人と話をしているとき	0	1	2	3
7	昼食後（飲酒なし）、静かに座っているとき	0	1	2	3
8	座って手紙や書類など書いているとき	0	1	2	3

以上です。ご協力ありがとうございました。

合計 _____ / 24