

問 診 表

平成 年 月 日作成

氏名 _____ 男・女 _____ 生年月日 明治・大正・昭和・平成 年 月 日

住所 〒 _____

電話番号 _____ 身長 _____ cm 体重 _____ kg

下記の内容についてお答えください。

- 1) 1日睡眠時間はおよそ何時間くらいですか？（平均） 約 _____ 時間
- 2) 夜は何時ごろ床に入りますか？ _____ 午前・午後 _____ 時頃
- 3) 床に入ってから何分位で寝つきますか？
10分未満 10～29分 30～59分 60分以上
- 4) 夜間睡眠中に何回くらい目を覚ましますか？
0回 1～2回 3～5回 6～9回 10回以上
- 5) 夜間睡眠中に目覚めてから、なかなか寝つけなくなったことがありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 6) 最も眠りやすい姿勢は次のうちどれですか？
仰向け（仰臥位） うつ伏せ（腹臥位） 右側を下にした横向き（右臥位）
左側を下にした横向き（左臥位） _____ その他 _____
- 7) 寝相について、あてはまるものを次のうちから選んでください。
よい やや悪い かなり悪い 非常に悪い
- 8) 毎晩の睡眠について、あてはまるものを次のうちから選んでください。
いつもよく眠れる だいたいよく眠れる
どちらかといえばよく眠れない よく眠れなくて困っている
上の質問で または を選んだ方のみお答えください。
眠れなくなったのは何歳位からですか？（おおよそで結構です） _____ 歳位から
- 9) 昼間に眠くなることがよくありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 10) 昼間に居眠りをしたり昼寝をすることがありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 11) 寝入りばなや夜間に、足がピクピクと動くことや、そのために目覚めることがありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 12) 足がムズムズしたり、ほてったりして眠れないことがありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 13) 寝入りばなや朝方に、夢とも現実ともつかない恐ろしい体験をうることがありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 14) 眠っているときに体がしびれて動けなくなる（かなしばり）が、ありますか？
よくある しばしばある たまにある ない
- 15) いびきをかくことがありますか？
毎晩ある しばしばある たまにある ない
- 16) いびきがひどいといわれたことがありますか？
よくあり気にしている しばしばある たまにある ない
- 17) いびきについて当てはまるものを選んでください。
いびきが以前よりひどくなった。
いびきが以前より軽くなった。（またはいびきがなくなった）
いびきの程度は以前とかわらない。
以前も現在もいびきをかかない。
いびきが以前よりひどくなった方のみお答えください。
何歳位からいびきがひどくなりましたか？（おおよそで結構です） _____ 歳位から
いびきが以前より軽くなった（または、なくなった）方のみお答えください。
何才位からかるくなったりしましたか？（おおよそで結構です） _____ 歳位から

18) 眠っていて息苦しくなることがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

19) 睡眠中に呼吸がとまることがあるといわれたことがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

20) 夜間に何回トイレに行きますか？

0回 1～2回 3～5回 6回以上

夜尿をしたことがありますか？

ある ない

21) 夢でうなされたり、目が覚めることがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

22) 夜、寝汗をかくことがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

23) 寝ぼけるといわれたことがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

24) お酒を飲みますか？

ほとんど毎日飲む ときどき飲む 飲まない

お酒の量は？

5合以上 2～5合 2合以下

25) タバコを吸いますか？

吸わない 吸う 1日 本位

26) 朝目が覚めたとき

疲れを感じたり、気分のすぐれないことがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

口の中が乾いていますか？

よくある しばしばある たまにある ない

27) 鼻がつまることがありますか？

よくある しばしばある たまにある ない

28) 現在患っている病気、あるいは心身の不満がありますか？

はい いいえ

はいと答えた方にお尋ねします。病名、病状は次のうちどれですか？

- 1 高血圧 2 糖尿病 3 心臓病 4 動脈硬化 5 呼吸器疾患 6 神経疾患 7 頭痛 8 自律神経失調症
9 眠れない 10 うつ病、またはうつ状態 11 蓄膿症 12 扁桃腺肥大 13 アデノイド 14 鼻アレルギー（花粉症）
15 その他

29) 過去に患ったことがある病気、症状を次のうちから選んでください。

当てはまるもの全てに をつけてください。

- 1 高血圧 2 糖尿病 3 心臓病 4 動脈硬化 5 呼吸器疾患 6 神経疾患 7 頭痛 8 自律神経失調症
9 眠れない 10 うつ病、またはうつ状態 11 蓄膿症 12 扁桃腺肥大 13 アデノイド 14 鼻アレルギー（花粉症）
15 その他

30) あごが小さいといわれたことがありますか？

はい いいえ

31) 首が短いといわれたことがありますか？

はい いいえ

32) 現在、以下の薬を飲んでいますか？

血圧降下剤 1 よく飲む 2 しばしば飲む 3 たまに飲む 4 飲まない

精神安定剤 1 よく飲む 2 しばしば飲む 3 たまに飲む 4 飲まない

睡眠薬 1 よく飲む 2 しばしば飲む 3 たまに飲む 4 飲まない

その他の薬 1 よく飲む 2 しばしば飲む 3 たまに飲む 4 飲まない

その他の薬を飲んでいる方にお尋ねします。どんな薬ですか？（例：胃薬、痛み止め）