

SARA[©]

(Sleep Apnea Risk Assessment)

Jméno a příjmení:

Datum narození: Věk:

Výška (cm): váha (kg):

Datum vyplnění dotazníku:.....

Skóre:

1. Apnoické pauzy pozorované partnerem:

Pozoroval u Vás někdo, že během spánku přestáváte dýchat nebo se dusíte/lapáte po dechu?

☐ Ano (8 bodů) ☐ Ne (0 bodů) ☐ Nevím (0 bodů)

☐

2. Chrápání:

Chrápete tak hlasitě, že je to slyšet přes zavřené dveře nebo to ruší partnera/partnerku?

☐ Ano (5 bodů) ☐ Ne (0 bodů) ☐ Nevím (0 bodů)

☐

3. Únava během dne:

Cítíte často únavu, malátnost nebo ospalost během dne?

Stává se Vám, že během dne usnete? Budíte se ráno neodpačený/á?

(Označte ano, jestli se Vás týka alespoň jedno z výše uvedených)

☐ Ano (3 body) ☐ Ne (0 bodů)

☐

4. Body mass index (BMI) ≥ 30 :

☐ Ano (2 body) ☐ Ne (0 bodů)

☐

5. Pohlaví:

☐ Mužské (3 body) ☐ Ženské (0 bodů)

☐

6. Věk ≥ 50 let:

☐ Ano (3 body) ☐ Ne (0 bodů)

☐

Celkové skóre se vypočítá jako součet bodů za každou otázku.

Celkové skóre se pohybuje od 0 do 24.

Součet bodů 11 a více znamená vysoké riziko středně těžké a těžké obstrukční spánkové apnoe.

**Součet
bodů:**