

Uneliaisuuskyseily (ESS)

Taustatiedot

Päiväys:

Nimi:

Henkilötunnus:

Paino:

Pituus:

Uneliaisuuskyseily (ESS)

Alla olevat kysymykset koskevat tavanomaisia tilanteita elämässänne. Vaikka ette olisikaan tehnyt joitain kuvatuista asioista äsken, yrittäkää arvioida, miten ne olisivat vaikuttaneet teihin.

Kuinka todennäköistä on, että torkahdat tai nukahdat seuraavissa tilanteissa, vaikka muuten ette olisi väsynyt? Arvioi torkahtamisen/nukahtamisen todennäköisyys ja ympyröi sopiva vaihtoehto. Laske lopuksi pisteet yhteen.

	En koskaan torkahtaisi/ nukahtaisi	Pieni todennäköisyys torkahtaa/ nukahtaa	Kohtalainen todennäköisyys torkahtaa/ nukahtaa	Todennäköisesti nukahtaisin/ torkahtaisin
Istun lukemassa:	0	1	2	3
Katson televisiota:	0	1	2	3
Istun passiivisena julkisessa paikassa esim. teatterissa, kokouksessa tms.:	0	1	2	3
Matkustajana autossa keskeytyksettä tunnin ajan:	0	1	2	3
Olosuhteiden salliessa lepäämässä makuuasennossa iltapäivällä:	0	1	2	3
Istun ja puhun jonkun kanssa:	0	1	2	3
Istun kaikessa rauhassa alkoholittoman lounaan jälkeen:	0	1	2	3
Autossa sen pysähtyttyä liikenteessä muutamaksi minuutiksi:	0	1	2	3
Pistemäärä yhteensä:				