

Sint-Lucaslaan 29, 8310 Brugge

DIENST NEUROLOGIE  
Tel. 050/36 52 70 – Fax: 050/36 52 71

Dr. N. Libbrecht  
Dr. V. Maqueda  
Dr. G. Vermeersch  
Dr. O. Deryck  
Dr. L. Sinnaeve  
Dr. T. Claeys

## Vragenlijst slaapraadpleging

Algemene gegevens
-------------------

Naam .....

Geboortedatum .....

Burgerlijke staat .....

Doorverwijzing door

- Huisarts .....
- Specialist .....
- Mezelf .....
- Partner .....

Lengte .....

Gewicht .....

Job/studies .....

.....

Eerdere onderzoeken in verband met slaap

- Nee .....
  - Ja, namelijk .....
- .....

*Gelieve in dat geval de eerdere verslagen mee te brengen*

Slaapproblematiek

Beschrijf het belangrijkste probleem dat u rond uw slaap ervaart

.....  
.....  
.....

Hoe lang is dit probleem reeds aanwezig? .....

Ervaart u dit probleem elke nacht? .....

Was u al eerder in behandeling voor dit probleem?

Nee

Ja, .....

Neemt u op dit moment slaapmedicatie?

Nee

Ja, .....

Nam u vroeger ooit slaapmedicatie?

Nee

Ja, .....

Waren er op kinderleeftijd reeds slaapproblemen?

Nee

Ja, .....

Is er familiaal voorkomen van slaapproblemen?

Nee

Ja, .....

Slaappatroon

Zou u uw slaappatroon regelmatig noemen?

Ja

Nee

U bent eerder een

Ochtendtype

Avondtype

Geen van beide

Rond hoe laat gaat u gewoonlijk slapen?

Op werkdagen .....

Weekend/vakantiedagen .....

Rond hoe laat staat u gewoonlijk op?

Op werkdagen .....

Weekend/vakantiedagen .....

Hoe lang duurt het meestal tot u in slaap valt? .....

Wordt u vaak wakker tijdens de nacht?

- Nee
- Ja, meestal ..... keer

Valt u gemakkelijk terug in slaap wanneer u bent wakker geworden tijdens de nacht?

- Nee
- Ja
- Niet van toepassing

Staat u op met de wekker?

- Nee, ik word vanzelf wakker
- Ja

Doet u een dutje overdag?

- Nooit
- Zelden (minder dan maandelijks)
- Soms (enkele keren per maand)
- Vaak (minstens elke week)
- Altijd (elke dag)

Zo ja, hoe lang duurt een gewoonlijk dutje? .....

Zijn dutjes voor u verfrissend?

- Ja
- Nee, nog slaapdronken

Werkt u in ploegensysteem?

- Nee
- Ja, vroeg- en laatdienst
- Ja, vroeg-, laat- en nachtdienst
- Enkel nachtdienst
- Andere situatie .....

Doet u wachtdiensten waarbij u 's nachts kan opgeroepen worden?

- Nee
- Ja, .....

Hoeveel uur slaapt u per etmaal? .....

## Slaapgewoonten

Slaapt u alleen?

- Ja
- Nee,
  - Bedpartner
  - Gedeelde slaapkamer, maar ander bed

Gebruik van schermen (gsm, tablet, laptop) in bed?

- Nooit
- Zelden (minder dan maandelijks)
- Soms (enkele keren per maand)
- Vaak (minstens elke week)
- Altijd (elke dag)

Kijkt u televisie in bed?

- Nooit
- Zelden (minder dan maandelijks)
- Soms (enkele keren per maand)
- Vaak (minstens elke week)
- Altijd (elke dag)

Gebruikt u alcohol in de uren voor het slapengaan?

- Nooit
- Zelden (minder dan maandelijks)
- Soms (enkele keren per maand)
- Vaak (minstens elke week)
- Altijd (elke dag)

Rookt u?

- Nee
- Ja, ...../dag

Gebruikt u cafeïne-houdende dranken? (koffie, cola, thee, energiedranken)

- Nee
- Ja, ...../dag

Doet u aan sport?

- Nee
- Ja, ..... (soort activiteit, frequentie, duur)

Bent u het afgelopen jaar

- In gewicht bijgekomen (+ ..... kg )
- Afgevallen (- ..... Kg-
- Stabiël gebleven qua gewicht

Symptomen

Snurkt u?

- Ja
- Nee
- Weet ik niet

Heeft men u ooit attent gemaakt op ademhalingspauzes tijdens de slaap?

- Nee
- Ja

Herkent u volgende klachten? (meerdere antwoorden mogelijk)

- Hoofdpijn bij ontwaken
- Droge mond/keel bij ontwaken
- Overmatig zweten 's nachts
- Wakker worden met verstikkingsgevoel

Ervaart u lichamelijke klachten in bed?

- Nee
- Ja, .....

Ervaart u rusteloze benen?

- Nee
- Ja

Heeft men u ooit attent gemaakt op bewegingen met de ledematen tijdens de slaap?

- Nee
- Ja

Heeft men u ooit attent gemaakt op roepen/praten tijdens de slaap?

- Nee
- Ja

Hebt u nachtmerries?

- Nee
- Ja

Lijdt u aan slaapwandelen

- Nee
- Ja

Voelde u zich ooit verlamd bij het ontwaken?

- Nee
- Ja

Hebt u ooit hallucinaties (vreemde belevingen) ervaren bij het inslapen of wakker worden?

- Nee
- Ja, .....

Ervaart u soms een verlies van spierkracht (benen, hoofd, oogliden...) bij een plotse emotie tijdens de dag?

- Nee
- Ja, .....

Ervaarde u ooit problemen van slaperigheid achter het stuur?

- Nee
- Ja
- Ik rijd niet met de wagen