

dotazník spánkové problematiky

OBVYKLE:

uléhám mezi a hodinou, vstávám mezi a hod

usínám dominut

v noci se budím x

noční dušnost mám / nemám

ranní pocit nevyspání mám / nemám

сны mám běžné / děsivé

bolest hlavy ráno ano / ne

sucho v ústech ráno ano / ne

pocit neklidných nohou ano / ne

chrápání ano / ne