

Шкала качества сна при зуде Itch MOS

1. На протяжении последней недели, сколько времени Вам обычно требовалось, чтобы уснуть?

(Обведите один вариант)

- 0-15 минут 1
- 16-30 минут 2
- 31-45 минут 3
- 46-60 минут 4
- Более 60 минут 5

2. Сколько часов в среднем Вы спали каждую ночь на протяжении последней недели?

Укажите среднее количество часов за ночь:

Как часто на протяжении <u>последней недели</u> Вы...	<i>(Обведите одну цифру в каждой строке)</i>					
	Все время	Большую часть времени	Значительную часть времени	Некоторое время	Незначительную часть времени	Ни разу
	▼	▼	▼	▼	▼	▼
3. чувствовали, что Ваш сон беспокойный из-за зуда или расчесывания?	1	2	3	4	5	6
4. высыпались и чувствовали себя отдохнувшим после пробуждения утром?	1	2	3	4	5	6
5. просыпались из-за зуда?	1	2	3	4	5	6
6. чувствовали вялость или сонливость в течение дня?	1	2	3	4	5	6
7. не могли уснуть из-за зуда?	1	2	3	4	5	6
8. просыпались во время сна и не могли снова уснуть из-за зуда?	1	2	3	4	5	6
9. Вам трудно было бодрствовать в течение дня?	1	2	3	4	5	6
10. испытывали зуд или почесывание, которые мешали Вам спать?	1	2	3	4	5	6
11. проваливались в сон (на 5 мин или дольше)?	1	2	3	4	5	6
12. спали столько, сколько достаточно для Вас, чтобы чувствовать себя выспавшимся?	1	2	3	4	5	6

Подпись пациента: _____ Подпись врача: _____