

Supplementary Materials

Gözleme ve Mülakata Dayalı Gündüz Uykululuk Ölçeği (Observation and Interview Based Diurnal Sleepiness Inventory) (ODSI)

İzin ile çoğaltılmıştır. Telif Hakkı © F Onen & SH Onen, 2008

- ODSI'nin amacı gündüz uykululuğunu ölçmektir.
- Uygulayıcı ODSI'yi hastanın kendisinden, hastayı günlük hayatında gözlemleyebilen kişiler tarafından (aile üyesi veya diğer bakım veren gibi) ve geleneksel klinik pratik gibi diğer kaynaklardan aldığı bilgilere dayanarak doldurmalıdır.
- Üç standardize sorudan oluşan ODSI, bir sağlık profesyoneli tarafından mülakata dayalı olarak uygulanır (toplam puan 0 "uykulu değil" ile 24 "aşırı uykulu" arasında değişir).
- İlk soru, aktif durumlardaki veya yüksek seviyede uyarı gerektiren durumlardaki uykululuğu veya uyuyakalmayı değerlendirmeye yardımcı olur. Toplam puan 0 ile 12 arasındadır. Uygulayıcı puanlamanın belirlenmiş ölçek basamaklarından birinde mi (0, 8, 10, 12) ya da bu basamakların arasında mı kaldığına (7, 9, 11) karar vermeli ve uygun sayıyı kaydetmelidir.
- İkinci soru, pasif durumlardaki veya düşük seviyede uyarı gerektiren durumlardaki uykululuğu veya uyuyakalmayı değerlendirmeye yardımcı olur. Toplam puan 0 ile 6 arasındadır. Uygulayıcı puanlamanın belirlenmiş ölçek basamaklarından birinde mi (0, 2, 4, 6) ya da bu basamakların arasında mı kaldığına (1, 3, 5) karar vermeli ve uygun sayıyı kaydetmelidir.
- Üçüncü soru, gün içinde uykulu hissetmek, uyuklamak ve şekerleme yapmak dahil olmak üzere, ortalama toplam uyku süresini tahmin etmeye yardımcı olur. Toplam puan 0 ile 6 arasındadır. Uygulayıcı puanlamanın belirlenmiş ölçek basamaklarından birinde mi (0, 2, 4, 6) ya da bu basamakların arasında mı kaldığına (1, 3, 5) karar vermeli ve uygun sayıyı kaydetmelidir.

Not: ODSI'nin telif hakları Prof. Dr. F. Önen ve Prof. Dr. S.H. Önen'e aittir (Telif Hakkı © Onen&Onen, 2008). Prof. Dr. F. Önen ve Prof. Dr. S.H. Önen, ODSI'nin bireysel kullanımına (klinikyenlere ve araştırmacılara) ücretsiz izin vermektedir. Tüm diğer kullanıcılar, şirketler, devlet daireleri, finanse edilmiş gruplar (örn. grup uygulamaları, hastaneler, kar amacı gütmeyen kuruluşlar, üniversiteler) ODSI'yi kullanmak için lisans almak zorundadır. ODSI kullanımıyla ilgili tüm sorular, ücretsiz veya lisanslı kullanım dahilinde, Prof. Dr. S. H. Önen veya Prof. Dr. F. Önen'e yapılmalıdır. hakki.onen.99@gmail.com; fannie.onen@aphp.fr

ODSI

İzin ile çoğaltılmıştır. Telif Hakkı © F Onen & SH Onen, 2008

İsim (Soyad, Ad): _____ Yaş: _____ Tarih: _____

Aşağıdaki sorular, birey ve/veya dışarıdan onu sıkça izleyebilen bir gözlemci tarafından bildirilen yakın zamandaki günlük uğraşlar veya istirahat sırasında oluşan uykululuğu ve uyku alışkanlıklarını ifade etmektedir.

1. Temel günlük yaşam uğraşlarında (yıkama, giyinme, yemek yeme, konuşma, araç kullanma veya benzer durumlar...) uyuyakalıyor ya da uykulu hissediyor musunuz?
 0. Hiçbir zaman
 - 7.
 8. Nadiren
 - 9.
 10. Zaman zaman
 - 11.
 12. Çoğu zaman
2. Herhangi bir uğraşınız olmadığında veya düşük seviyede uyarı veren uğraşlarda (okuma, televizyon izleme, bir sohbeti dinleme, müzik dinleme veya benzer durumlar...) uyuyakalıyor ya da uykulu hissediyor musunuz?
 0. Hiçbir zaman
 - 1.
 2. Nadiren
 - 3.
 4. Zaman zaman
 - 5.
 6. Çoğu zaman
3. Gün boyunca ortalama kaç saat uyuyorsunuz?
Bunun içerisinde uykulu hissetmek, uyuklamak ve şekerleme yapmak dahildir (otururken veya yatarken olabilir).
 0. Yaklaşık ½ saat veya daha az
 - 1.
 2. Yaklaşık 2 saat
 - 3.
 4. Yaklaşık 4 saat
 - 5.
 6. Yaklaşık 6 saat veya üzeri

Toplam puan: _____/24

| | |
|-------|------------------------------------|
| 0-5 | NORMAL, artmamış gündüz uykululuğu |
| 6-8 | HAFİF gündüz uykululuğu |
| 9-12 | ORTA gündüz uykululuğu |
| 13-17 | ŞİDDETLİ gündüz uykululuğu |
| 18-24 | ÇOK ŞİDDETLİ gündüz uykululuğu |