

# Hur sover jag och hur påverkas min dag?

Datum:.....Namn:.....

Personnummer:.....Diagnos:.....

## Gör så här

Här kan du svara på frågor om hur du sover och hur din dag påverkas av det. Du berättar genom att välja olika alternativ efter frågorna. Till varje fråga finns en bild som visar vad frågan handlar om.

## Barns sömnsvårigheter

Under de senaste sju dagarna



...hade jag svårt att somna \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid



...sov jag hela natten \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid

**Vänd – flera frågor på nästa sida**

Information om formuläret

Detta bildstöd är hämtat via [www.bildstod.se](http://www.bildstod.se)

För info om symbollicenser: <https://www.vgregion.se/ov/dart/licenser>

Version 2.2022, 2022-01-27 © 2022 National Comprehensive Cancer Network ® (NCCN\*), alla rättigheter förbehållna. NCCN Guidelines\* och denna illustration får inte återges i någon form utan ett skriftligt förhandsgodkännande från NCCN.



...hade jag ett problem med min sömn \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid



...hade jag svårt att sova \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid

**Vänd – flera frågor på nästa sida**

Information om formuläret

Detta bildstöd är hämtat via [www.bildstod.se](http://www.bildstod.se)

För info om symbollicenser: <https://www.vgregion.se/ov/dart/licenser>

Version 2.2022, 2022-01-27 © 2022 National Comprehensive Cancer Network® (NCCN®), alla rättigheter förbehållna. NCCN Guidelines® och denna illustration får inte återges i någon form utan ett skriftligt förhandsgodkännande från NCCN.

## Sömnrelaterad försämring

Under de senaste sju dagarna



...var jag sömnig under dagen \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid



...hade jag svårt att koncentrera mig eftersom jag var sömnig \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid

**Vänd – flera frågor på nästa sida**

Information om formuläret

Detta bildstöd är hämtat via [www.bildstod.se](http://www.bildstod.se)

För info om symbollicenser: <https://www.vgregion.se/ov/dart/licenser>

Version 2.2022, 2022-01-27 © 2022 National Comprehensive Cancer Network® (NCCN\*), alla rättigheter förbehållna. NCCN Guidelines\* och denna illustration får inte återges i någon form utan ett skriftligt förhandsgodkännande från NCCN.



...hade jag svårt att få saker gjorda eftersom jag var sömnig \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid



...hade jag problem under dagen på grund av dålig sömn \*

- Aldrig
- Nästan aldrig
- Ibland
- Nästan alltid
- Alltid

\*obligatorisk att fylla i

Information om formuläret

Detta bildstöd är hämtat via [www.bildstod.se](http://www.bildstod.se)

För info om symbollicenser: <https://www.vgregion.se/ov/dart/licenser>

Version 2.2022, 2022-01-27 © 2022 National Comprehensive Cancer Network® (NCCN\*), alla rättigheter förbehållna. NCCN Guidelines\* och denna illustration får inte återges i någon form utan ett skriftligt förhandsgodkännande från NCCN.