

Användarstöd – ISI Självsfattning vid sömnbesvär

Användningsområde

ISI är ett självskattningsformulär som avser att mäta sömnlöshet och ger mått på grad av sömnbesvär. Det består av sju frågor och poängsätts från 0-4 och summeras. Totalsumman kan således vara från 0-28p. Förkortningen betyder Insomnia Severity Index.

När används formuläret?

Vid misstanke om sömnstörning och för att följa ett förlopp över tid.

En screening måste alltid kompletteras med klinisk bedömning.

Vem administrerar formuläret?

Ansvarig behandlare skickar formuläret och ansvarar för tolkning och administration i journalen.

Suicidrisk

Suicidrisk måste alltid bedömas vid kontakt med vården. När suicidrisk misstänks följs sedvanliga rutiner.

Tidsintervall

De senaste två veckorna

Tolkning

0–7 Sannolikt inga signifikanta sömnbesvär

8–14 Vissa problem med sömnen men under gränsvärdet för sömnstörning

15–21 Indikerar kliniskt signifikant medelsvår sömnstörning

22–28 Indikerar kliniskt signifikant svår sömnstörning

Referens

Bastien CH, Vallieres A, Morin CM. Validation of the insomnia severity index as an outcome measure for insomnia research. Sleep Med 2001; 2: 297-307.

ISI Självskattning vid sömnbesvär

- ISI Sömnbesvär
 - * Formuläret är ifyllt av
- Skatta svårighetsgraden av dina nuvarande sömnproblem
 - * Svårigheter att somna in
 - * Problem med att du vaknar under natten
 - * Problem med att du vaknar för tidigt
 - * Hur nöjd/missnöjd är du med ditt nuvarande sömnmönster?
 - * I vilken utsträckning anser du att dina sömnproblem försämrar din dagliga funktionsförmåga?
 - * Hur märkbart är det för andra att dina sömnproblem sänker din livskvalitet?
 - * Hur bekymrad är du över dina nuvarande sömnproblem?