


# Insomnie-Schweregrad-Index (ISI)

Der Insomnie-Schweregrad-Index (ISI) ist ein kurzer Fragebogen zur Erfassung von Art, Schweregrad und Auswirkungen einer Insomnie bei Erwachsenen. Er wird häufig in der klinischen Forschung sowie in der klinischen Praxis eingesetzt, um Veränderungen der Symptome im Zeitverlauf zu verfolgen.

| | |
|---|---|
| Anzahl der Fragen | 7 Fragen |
| Geschätzte Dauer | 1 Minute |
| Sprache | Deutsch |
| Originalname | Insomnia Severity Index |
| Zielgruppe | Erwachsene |
| Autor:innen | Charles M. Morin, Maurice Savard, Jacques Bernard, Lise Corsale (1993) |
| Kategorie | Allgemein |

## Vorschau der 7 Fragen

Inwiefern wurde Ihr Schlaf in den letzten beiden Wochen beeinträchtigt durch ...

**Einschlafstörungen**

Gar nicht | Leicht | Mittel | Schwer | Sehr schwer

Inwiefern wurde Ihr Schlaf in den letzten beiden Wochen beeinträchtigt durch ...

**Durchschlafstörungen**

Gar nicht | Leicht | Mittel | Schwer | Sehr schwer

Inwiefern wurde Ihr Schlaf in den letzten beiden Wochen beeinträchtigt durch ...

**Früherwachen**

Gar nicht | Leicht | Mittel | Schwer | Sehr schwer

**Wie zufrieden/unzufrieden sind Sie mit Ihrem gegenwärtigen Schlaf?**

Sehr zufrieden | Zufrieden | Neutral | Unzufrieden | Sehr unzufrieden

Wie stark ist Ihre Leistungsfähigkeit und Ihr Wohlbefinden tagsüber durch Ihren (schlechten) Schlaf beeinträchtigt?

*(z. B. Konzentration, Gedächtnis, Müdigkeit, Stimmung)*

Überhaupt nicht | Ein wenig | Mäßig | Stark | Sehr stark

## Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer Skala von 0 bis 4 bewertet; der Gesamtwert liegt zwischen 0 und 28. Ein Wert von 0—7 spricht für keine klinisch relevante Insomnie, 8—14 für eine unterschwellige Insomnie, 15—21 für eine mittelgradige Insomnie und 22—28 für eine schwere Insomnie.

## Nutzung

Dieses Testverfahren ist auf Mentaal nicht verfügbar. Um Zugang zu diesem Fragebogen zu erhalten, besuchen Sie bitte die Website des offiziellen Vertriebs, Mapi Research Trust, und stellen Sie eine Anfrage über ePROVIDE™

Zu ePROVIDE™