

Indeks for alvorlighetsgrad av insomni (ISI)

Indeks for alvorlighetsgrad av insomni (ISI) er et kort spørreskjema for å kartlegge art, alvorlighetsgrad og konsekvenser av insomni hos voksne. Det brukes ofte i klinisk forskning og i klinikk for å følge endringer i symptomer over tid.

Antall spørsmål	7 spørsmål
Estimert tid	1 minutt
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Insomnia Severity Index
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Charles M. Morin, Maurice Savard, Jacques Bernard, Lise Corsale (1993)
Kategori	Generelt

Forhåndsvisning av de 7 spørsmålene

Angi hvor alvorlige søvnvanskene dine er nå (siste måned):

Vansker med å sovne inn

Ingen | Lett | Moderat | Svært alvorlig | Ekstremt alvorlig

Angi hvor alvorlige søvnvanskene dine er nå (siste måned):

Vansker med å sove gjennom natten

Ingen | Lett | Moderat | Svært alvorlig | Ekstremt alvorlig

Angi hvor alvorlige søvnvanskene dine er nå (siste måned):

Problemer med å våkne for tidlig om morgenen

Ingen | Lett | Moderat | Svært alvorlig | Ekstremt alvorlig

Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med søvnen din nå?

Svært fornøyd | Fornøyd | Nokså nøytral | Misfornøyd | Svært misfornøyd

I hvilken grad opplever du at søvnvanskene dine forstyrrer den daglige fungeringen din?

(For eksempel: tretthet, konsentrasjon, hukommelse, humør ...)

Ikke i det hele tatt | Litt | Moderat | Svært mye | Ekstremt

Skåring og tolkning

Hvert ledd vurderes på en skala fra 0 til 4; totalskårene varierer fra 0 til 28. En skår mellom 0-7 indikerer ingen klinisk signifikant insomni, 8-14 insomni under terskelen, 15-21 moderat insomni og 22-28 alvorlig insomni.

Bruk

Dette verktøyet er ikke tilgjengelig på Mentaal. For å få tilgang til dette spørreskjemaet går du til nettstedet til den offisielle distributøren, Mapi Research Trust, og sender en forespørsel via ePROVIDE™

Gå til ePROVIDE™