

BENTSODIATSEPIINIEN VIEROITUSOIREIDEN ARVIOINTIASTEIKKO

Asiakkaan nimi _____
Pvm _____
Tutkija _____
Arvioitsija _____
Tutkimusyksikkö _____

Kunkin seuraavan kysymyksen osalta valitse numero, joka parhaiten kuvaa kyseessä olevan oireen voimakkuutta.

1. Tarkkaile, missä määrin asiakkaan käyttäytyminen vaikuttaa levottomalta tai hermostuneelta.

- ☐ 0 Ei levottomuutta, normaali aktiviteettitaso
1
☐ 2 Käyttäytyminen levotonta
3
☐ 4 Liikkuu edestakaisin, ei pysty olemaan paikallaan

2. Pyydä asiakasta ojentamaan kätensä eteenpäin sormet harallaan ja tarkkaile, esiintyykö vapinaa.

- ☐ 0 Ei vapinaa
☐ 1 Ei näkyvää vapinaa, mutta tuntuu sormin kosketeltaessa
☐ 2 Näkyvää mutta lievää vapinaa
☐ 3 Kohtalaista vapinaa kädet ojennettuina
☐ 4 Voimakasta vapinaa ilman että kädet ovat ojennettuina

3. Tarkkaile hikoilua, tunnustele kämmeniä.

- ☐ 0 Ei näkyvää hikoilua
☐ 1 Juuri ja juuri näkyvää hikoilua, kämmenet kosteat
☐ 2 Otsa ja kämmenet kosteat, kertoo hikoilevansa kainaloista
☐ 3 Hikipisaroita otsalla
☐ 4 Voimakasta hikoilua



Nimi _____
Pvm _____

Merkitse kunkin seuraavan kysymyksen kohdalle numero, joka parhaiten kuvaa tuntemuksiasi.

0 = En lainkaan / hyvin 4 = Erittäin paljon / huonosti

	0	1	2	3	4
1. Tunnetko olosi ärtyneeksi?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Tunnetko itsesi väsyneeksi?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Tunnetko itsesi jännittyneeksi?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Onko sinulla keskittymisvaikeuksia?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Onko ruokahalusi heikentynyt?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Tuntuuko kasvoillasi, käsilläsi tai jaloissasi puutumista tai polttelua?	☐	☐	☐	☐	☐
7. Onko sinulla sydämentykytystä?	☐	☐	☐	☐	☐
8. Tuntuuko sinulla painetta päässä tai särkeekö sitä?	☐	☐	☐	☐	☐
9. Onko sinulla lihaskipuja tai jäykkyyttä?	☐	☐	☐	☐	☐
10. Tunnetko itsesi ahdistuneeksi tai hermostuneeksi?	☐	☐	☐	☐	☐
11. Tunnetko olevasi poissa tolaltasi?	☐	☐	☐	☐	☐
12. Kuinka levollisesti nukuit viime yön?	☐	☐	☐	☐	☐
13. Tunnetko olosi heikoksi?	☐	☐	☐	☐	☐
14. Saitko riittävästi unta viime yönä?	☐	☐	☐	☐	☐
15. Onko sinulla näköhäiriöitä (yliherkkyyttä valolle, näkökyvyn hämärtymistä)?	☐	☐	☐	☐	☐
16. Tunnetko itsesi pelokkaaksi?	☐	☐	☐	☐	☐
17. Ovatko mahdolliset vastoinikäymiset huolestuttaneet sinua viime aikoina?	☐	☐	☐	☐	☐
18. Montako tuntia mielestäsi nukuit viime yönä?	_____				
19. Kuinka monessa minuutissa arvelet saaneesi unen päästä kiinni?	_____				

