Par bērna miega paradumiem

Pacienta vārds:	
Dzimšanas diena:	Datums:

Palun vastake järgmistele küsimustele oma lapse keskmiste uneharjumuste / unekvaliteedi põhjal viimase kuu jooksul. Kui te pole kindel küsimuse vastuses, märkige veerg "?"

1. Došanās gulēt

	Jā	Nē	?
Vai Jūsu bērnam ir grūtības aiziet gulēt, aizmigt?			
Vai Jūsu bērnam ir neregulārs gulētiešanas laiks?			
Vai Jūsu bērnam ir neregulārs pamošanās laiks?			
Vai Jūsu bērnam ir atšķirīgs nomoda/gulēšanas grafiks brīvdienās, darba dienās?			

2. Gulēšanas laiks

	Jā	Nē	?
Vai Jūsu bērns mēdz pamosties nakts laikā?			
Vai esat manījis, ka bērns guļ ar atvērtu muti?			
Vai Jūsu bērnam ir smagnēja elpošana, šņākuļošana guļot?			
Vai Jūsu bērns mēdz krākt ilgāk par pusi no gulēšanas laika?			
Vai Jūsu bērns krāc vairāk kā 3 naktis nedēļā?			
Vai Jūsu bērns krāc katru nakti?			
Vai Jūsu bērns krāc skaļi?			
Vai Jūsu bērnam ir grūtības elpot nakts laikā?			
Vai Jūsu bērnam ir apstājusies elpošana gulēšanas laikā?			
Vai Jūsu bērnam ir regulāri murgi, staigāšana vai cita netipiska uzvedība gulēšanas laikā?			
Vai Jūsu bērnam mēdz būt pieslapināta gulta?			

3. Nomoda laiks

	Jā	Nē	?
Vai Jūsu bērnam pamostoties ir sausa mute ?			
Vai Jūsu bērnam ir grūtības pamosties no rīta?			
Vai Jūsu bērns no rītiem jūtas noguris, neizgulējies?			
Vai Jums šķiet, ka Jūsu bērns ir pārlieku noguris visas dienas laikā?			
Vai Jūsu bērns ir sūdzējies par galvassāpēm no rīta?			
Vai Jums šķiet, ka Jūsu bērns guļ pārāk maz priekš sava vecuma?			
Vai skolotājs/audzinātāja ir minējuši, ka Jūsu bērns ir pārlieku noguris dienas laikā?			
Vai Jūsu bērns mēdz elpot caur muti dienas laikā?			
Vai Jūsu bērna attīstība ir lēnāka nekā tipiskā attīstība šajā vecumā?			
Vai Jūsu bērnam ir liekais svars?			
Vai Jūsu bērnam ir grūtības ar savu darbu organizāciju, uzdevumu izpildi atbilstoši vecumam?			
Vai šķiet, ka Jūsu bērns Jūs neklausās/nedzird, kad runājat ar viņu ?			
Vai Jūsu bērnam ir viegli novērst uzmanību, grūtības nosēdēt mierīgi?			
Vai Jūsu bērns ir hiperaktīvs?			

Lūdzu, sniedziet jebkādu papildu informāciju, kas attiecas uz jūsu bērna miega paradumiem : _____

Vecāka vārds: _____ Vecāka paraksts: _____