



- kvality spánku – počet probuzení, jejich důvod, kvalita-hloubka spánku, latence usnutí po probuzení v noci, event. doplňujeme údaje od spolunocležníka
- probouzení a vstávání – doba probuzení a vstávání z postele, subjektivní zhodnocení kvality spánku, pocitů při probuzení, rozdíly mezi pracovními dny a víkendem

Tab. 1. Dělení poruch spánku a bdění podle klasifikace ICSD – 3 (*International classification of sleep disorders*)

Insomnie
krátkodobá, chronická
Poruchy dýchání ve spánku
centrální spánková apnoe (CSA), obstrukční spánková apnoe (OSA), nemoci s hypoventilací, hypoxemií vázané na spánek
Centrální hypersomnie
narkolepsie (typ 1, 2), idiopatická hypersomnie, Kleineův-Levinův syndrom, syndrom insuficientního spánku
Poruchy cirkadiánního časového systému
porucha spojená s předsunutou/zpožděnou fází spánku a bdění, porucha spojená s nepravidelným rytmem spánku a bdění, porucha související se změnou časových pásem – jet-lag , porucha spojená se směnným provozem, porucha spojená s pravidelným, avšak nikoliv 24hodinovým rytmem
Parasomnie
Parasomnie vázané na NREM spánek
probuzení se zmateností, somnambulismus, noční děsy, porucha příjmu potravy vázaná na spánek
Parasomnie vázané na REM spánek
porucha chování v REM spánku (RBD), rekurentní izolovaná spánková obrna, porucha s nočními můrami
Další parasomnie
syndrom exploze v hlavě, halucinace vázaná na spánek, noční enuréza ad.
Poruchy pohybu související se spánkem
syndrom neklidných nohou (RLS) – Willisova-Ekbomova nemoc, periodické pohyby končetinami ve spánku a porucha spánku s periodickými pohyby končetinami, bruxismus související se spánkem, rytmické pohyby vázané na spánek a porucha spánku s rytmickými pohyby, propriospinální myoklonus při usínání, benigní spánkový myoklonus kojenců, křeče v končetinách související se spánkem