



- kvality denní bdělosti včetně dotazů, v jakých situacích a proč pacient klímbá/usíná, na denní návyky stran spánkové hygieny (šlofiky)

V diferenciální diagnostice je nutné klást cílené dotazy k vyloučení ostatních poruch spánku a bdění – spánkové apnoe, RLS, narkolepsie,

Tab. 2. Prevalence uvedených spánkových poruch v populaci

	Výskyt v populaci
Chronická insomnie	10–15 %
Obstrukční spánková apnoe (OSA)	Muži 9–84 %, ženy 4–61 %
Narkolepsie	0,02–0–18 %
Porucha spojená s předsunutou fází spánku a bdění	1 %
Porucha spojená se zpožděnou fází spánku a bdění	7–16 % adolescentů
Porucha spojená se směnným provozem	2–5 %
Probuzení se zmateností a somnambulismus	17 % v dětství 3–4 % v dospělosti
Noční děsy	1–6,5 % v dětství, 2 % v dospělosti
Porucha chování v REM spánku (RBD)	0,5–2 %
Rekurentní izolovaná spánková	14–40 % alespoň 1 epizoda 5–6 % opakovaný výskyt
Porucha s nočními můrami	Až 75 % v dětství 2–8 % v dospělosti
Syndrom neklidných nohou (RLS)	10 %

parasomnie (viz jednotlivé nemoci). K základním anamnestickým datům připojujeme dotazy:

- v rodinné anamnéze – na genetické dispozice, rodinné návyky, které by mohly ovlivnit spánek
- v osobní anamnéze – na komorbiditu či vyvolávající onemocnění
- v alergické anamnéze – na alergické projevy narušující spánek
- v pracovní anamnéze – na směnný režim, nevhodné pracovní návyky či prostředí
- v sociální anamnéze – na sociální prostředí a vztahy, které mohou ovlivňovat kvalitu spánku
- v abúzu – na požívání látek, které mohou ovlivňovat kvalitu spánku – kouření, stimulující nápoje, drogy
- ve farmakologické anamnéze – na užívané léky, které mohou ovlivňovat kvalitu spánku a bdění (tabulka 3) (12).

Tab. 3. Nejdůležitější skupiny léků s negativním dopadem na kvalitu spánku (podle (16))

- hypnotika
- antidepresiva (zejména aktivující, např. inhibitory MAO, blokátory zpětného vychytávání serotoninu)
- antihypertenziva (např. β -blokátory)
- antiastmatika (teofylin, β -sympatomimetika)
- hormonální preparáty (např. tyroxin, steroidy, antikonceptiva)
- antibiotika (např. blokátory gyrázy)
- nootropika (např. piracetam)
- diuretika
- alkohol a jiné omamné látky (zejména stimulující, např. amfetaminy a jejich deriváty)