

Bygewerkte STOP-Bang-vraelys

Snork?

- Ja Nee
 Snork u hard (hard genoeg om deur toe deure gehoor te word of dat u bedmaat u snags in die ribbes pomp omdat u snork)?

Moeg?

- Ja Nee
 Voel u dikwels bedags **moeg, uitgeput of vaak** (sodat u byvoorbeeld aan die slaap raak terwyl u bestuur)?

Ander se waarnemings?

- Ja Nee
 Het enigiemand **waargeneem** dat u **ophou asemhaal** of **stik/na u asem snak** terwyl u slaap?

Bloeddruk?

- Ja Nee
 Ly u aan of word u behandel vir **hoë bloeddruk**?

Liggaamsmassa-indeks hoër as 35 kg/m²?

- Ja Nee

Ouer as 50 jaar?

- Ja Nee

Groot nekmaat? (om adamsappel gemeet)

- Vir 'n man, is u kraagwydte 43 cm of groter?
Ja Nee
 Vir 'n vrou, is u kraagwydte 41 cm of groter?

Geslag = Manlik?

- Ja Nee

Tellingkriteria:

Vir algemene bevolking

Lae risiko vir OSA (obstruktiwe slaap-apnee): Ja op 0-2 vrae

Middelslagrisiko vir OSA: Ja op 3-4 vrae

Hoë risiko vir OSA: Ja op 5-8 vrae

- of Ja op 2 of meer van die eerste 4 vrae + manlike geslag
- of Ja op 2 of meer van die eerste 4 vrae + LMI $>35 \text{ kg/m}^2$
- of Ja op 2 of meer van die eerste 4 vrae + nekmaat
(43 cm by mans, 41 cm by vroue)

Eiendom van die University Health Network. Vir meer inligting: www.stopbang.ca

Aangepas uit Chung F et al. Anesthesiology 2008; 108:812-21, Chung F et al Br J Anaesth 2012; 108:768-75, Chung F et al J Clin Sleep Med Sept 2014