



## ULLANLINNA NARKOLEPSI-SKALA

Forfatter: Christer Hublin 1994

Norsk utgave oversatt og validert av dr. scient. Solveig Ervik 2004, godkjent av forfatter s.å.

Sett ett kryss på hver linje (11 kryss totalt)

### 1. Hvor lenge ligger du vanligvis i sengen før du sovner om kvelden?

mer enn 40 min.	31 – 40 min.	21 – 30 min.	10 – 20 min.	mindre enn 10 min.

### 2. Sover du i løpet av dagen (tar små blunder)?

Har ikke behov	Jeg ønsker, men får ikke sove	To ganger i uken eller mindre	3 – 5 dager i uken	Daglig eller nesten daglig

### 3. Faller du i søvn uten å ville det i løpet av dagen?

Situasjon	Aldri	Månedlig eller sjeldnere	Ukentlig	Daglig	Mange ganger daglig
Når jeg leser					
Når jeg reiser					
Når jeg står					
Når jeg spiser					
Andre situasjoner					

### 4. Når du ler, blir glad, sint eller er i en spennende situasjon. Har da følgende symptomer plutselig forekommet?

Utslag	Aldri	1 – 5 ganger i løpet av livet	Månedlig	Ukentlig	Daglig eller nesten daglig
Svikt i knærne					
Åpen munn					
Hodet faller ned					
Du faller over ende					