

ページ 1/2		過去	現在					あなたは、この行動をとっている事をどのようにして知りましたか？	コメント 何かあればこの欄にお書きください
あなたはどのくらいの頻度で以下のような行動を経験しますか？	自分も他人も気づいた事は一度もない	過去にはあったがここ一年間はない	非常にまれ。年に1回未満	めったにない。年に1回～数回	時々ある。月に1回～数回	よくある。週に1回～数回	非常によくある。毎晩または、ほとんど毎晩		
1.眠りに落ちる時に、しばしば落下するような感覚を伴って、脚や体が突然びくっと動く。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
2.眠りに落ちる時や、半分眠っている間に、自分で意識して動かす場合も含めて、脚が規則的に速く動く。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
3.眠りに落ちる時や夜中目覚めている間に、眠ろうとして、頭や体を規則的に繰り返し動かす。(例:首をたてにふる、体を揺らす。)	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
4.眠りに落ちる時や目覚める時に、大きなボタンという音(例:ドアが閉まる音)や、「頭の中で爆発する」ような音が聞こえる。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
5.眠りに落ちる時や目覚める時に、不安感や恐怖感を伴う幻聴や幻覚が起こる。(例:実際に部屋にいない人や物が見えたり、声や音が聞こえたりする。)	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
6.眠っている間に繰り返し意識せず脚を小さく動きに動かしたり蹴るような動きをする(他人のみが気づく。)	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 他人が気づいた	
7.夜中にふくらはぎがひきつる。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
8.夜中に歯ぎしりをする。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
9.寝言を言う。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
10.眠っている間に息苦しくなったり息が詰まったりする。または、息苦しさや息が詰まる感じがして目覚める。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
11.眠っている間に繰り返し大きなため息をついたり、うめき声をあげたりする。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
12.眠っている間に尿をもらす。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	

あなたはどのくらいの頻度で以下のような行動を経験しますか？	自分も他人も気づいた事は一度もない	過去	現在					あなたは、この行動をとっている事をどのようにして知りましたか？	コメント 何かあればこの欄にお書きください
		過去にはあったがここ一年間はない	非常にまれ。年に1回未満	めったにない。年に1回～数回	時々ある。月に1回～数回	よくある。週に1回～数回	非常によくある。毎晩または、ほとんど毎晩		
13. 怖い夢や嫌な夢を見る。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
14. 夢を見た記憶がないにもかかわらず、耐えがたい不安を感じたり、場合によって叫び声をあげて目覚める。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
15. 眠りに落ちた後に、何かを食べるために再び目覚める。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
16. 眠ったまま、料理をしたり、何かを食べたりする。食べられない物や普通の組み合わせでない場合もある。(例: アイスクリームとマヨネーズ、バターの代わりに食器洗い用洗剤。)	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
17. 目覚めたときに、完全に頭が混乱していたり、方向感覚がなかったり、話し方が遅かったりする。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
18. 目覚めたとき、(目と呼吸を除いて)全身が金しばり状態でそれが数秒間続く。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
19. 眠ったまま歩き回ったりベッド・布団の上で上半身を起こしたりする。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
20. しきりに叩いたり、蹴ったりする。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
21. 夢に見たことを、実際に行ったことがある。(例: 身ぶり手ぶりで表現する、しきりに叩いたり、蹴ったりする。)	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	
22. 他に夜中に表れる変わった行動がもしあれば、ここにお書きください。	<input type="radio"/> 一度もない	<input type="radio"/> __年前にあったが、今はない	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 自分が気づいた <input type="radio"/> 他人が気づいた	

