

แบบสอบถาม STOP-BANG Questionnaire

โปรดตอบคำถามต่อไปนี้เพื่อตรวจสอบว่าคุณมีความเสี่ยงต่อภาวะหยุดหายใจขณะหลับหรือไม่

(Please answer the following questions below to determine if you might be at risk for sleep apnea.)

STOP-BANG	คำถาม (Question)	ใช่ / Yes	ไม่ใช่ / No
นอนกรน Snoring	คุณนอนกรนดังหรือไม่ (ดังกว่าเสียงพูด หรือ ดังพอที่จะได้ยินออกไปนอกห้อง) Do you snore loudly? (i.e., louder than talking or loud enough to be heard through closed doors)		
อ่อนเพลีย Tired	คุณมักจะรู้สึกอ่อนเพลีย ล้า หรือง่วงนอนในระหว่างกลางวันบ่อยๆหรือไม่ Do you often feel tired, fatigued or sleepy during the day?		
สังเกต Observed	มีคนเคยสังเกตเห็นว่าคุณหยุดหายใจขณะที่คุณหลับหรือไม่ Has anyone observe you stop breathing during sleep?		
ความดันโลหิต Blood Pressure	คุณมีความดันโลหิตสูง หรือกำลังรักษาโรคความดันโลหิตสูงอยู่หรือไม่ Do you have or are you being treated for high blood pressure?		
ดัชนีมวลกาย BMI	ดัชนีมวลกายมากกว่า 35 หรือไม่ BMI more than 35 kg/m ² ?		
อายุ Age	อายุมากกว่า 50 ปีหรือไม่ Age over 50 years old?		
เส้นรอบวงคอ Neck circumference	เส้นรอบวงคอมากกว่า 43 เซนติเมตร ในเพศชาย และ มากกว่า 41 เซนติเมตร ในเพศหญิง หรือไม่ Is your neck circumference 43 Centimeters or greater for men and 41 Centimeters or greater for women)?		
เพศ Gender	เป็นเพศชายหรือไม่ Male gender?		

การแปลผล / Scoring Criteria

1. **Low risk:** ตอบใช่ 0-2 คำถาม (Yes to 0-2 questions)
 2. **Intermediate risk:** ตอบใช่ 3-4 คำถาม (Yes to 3-4 questions)
 3. **High risk:** - ตอบใช่ 5-8 คำถาม (Yes to 5-8 questions)
- หรือ ตอบใช่ > 2 ในคำถาม STOP + เป็นเพศชาย (or Yes to > 2 of STOP questions + male gender)
 - หรือ ตอบใช่ > 2 ในคำถาม STOP + ดัชนีมวลกาย > 35 (or Yes to > 2 of STOP questions + BMI >35 kg/m²)
 - หรือ ตอบใช่ > 2 ในคำถาม STOP + เส้นรอบวงคอมากกว่า 43 เซนติเมตร ในเพศชาย หรือมากกว่า 41 เซนติเมตร ในเพศหญิง (or Yes to > 2 of STOP questions + neck circumference > 43 Centimeters in male or > 41 Centimeters in female.)

**ควรพบแพทย์เฉพาะทางด้านกรนอนหลับเมื่อมีคะแนนตั้งแต่ Intermediate risk เป็นต้นไป