**DOTAZNÍK SUBJEKTIVNÍCH POCITŮ ÚNAVY**

*Příznaky únavy*

0 1 2

* + - 1. **Mám pocit těžké hlavy**
      2. **Cítím únavu v celém těle**
      3. **Mám pocit těžkých nohou**
      4. **Chce se mi zívat**
      5. **Mám pocit otupělosti**
      6. **Cítím ospalost**
      7. **Bolí mne oči**
      8. **Zdá se mi, že mé pohyby jsou ztuhlejší a neohrabanější**
      9. **Když si stoupnu, mám pocit, že se motám**
      10. **Nejraději bych se trochu natáhl(a) na pohovku**
      11. **Nemohu soustředit myšlenky**
      12. **Není mi do řeči**
      13. **Mám pocit nervozity**
      14. **Obtížně soustřeďuji myšlenky**
      15. **Nic mě nebaví**
      16. **Jsem náchylnější k zapomínání**
      17. **Dělám více chyb**
      18. **Cítím neklid a ustaranost**
      19. **Ztrácím sebejistotu a sebedůvěru**
      20. **Ztrácím trpělivost**
      21. **Bolí mě hlava**
      22. **Mám pocit tíhy (ztuhlosti v ramenou)**
      23. **Bolí mě v kříži**
      24. **Těžko se mi dýchá**
      25. **Mám pocit sucha v ústech**
      26. **Mám pocit ochraptělosti**
      27. **Točí se mi hlava**
      28. **Škube mi v horním víčku**
      29. **Cítím třes v rukou či nohou, rozechvělost**
      30. **Necítím se dobře**
      31. **Píchá mě v boku**
      32. **Zdá se mi, že více kýchám**

Dotazník SPÚ (Subjective Symptom of Fatigue) byl vyvinut v Japonské asociaci průmyslového zdraví. Podle jeho autora Yoshitake tvoří strukturu dotazníku tři faktory a lži skór:

1. - únava CNS (otázka 1 – 10)
2. – úbytek motivace (otázka 11 – 20)
3. – somatické příznaky únavy (otázka 21 – 30)
4. – lži-skór (otázka 31 – 32)

Podle faktorové analýzy provedené A. Hladkým se vyčlenilo 6 smysluplných faktorů, které po sloučení potvrzují Yoshitakeovy tři faktory. Hladkým vyčleněné faktory jsou uvedeny v následujícím přehledu:

Faktor Součet otázek

I. kognitivní potíže 5+11+14+16+17

II. emotivní potíže 12+13+15+18+19+20+29+30

III. somatické potíže 2+3+8+23

IV. senzorické potíže 1+7+9+21+27+28

V. ospalost 4+6+10

VI. problémy s dechem 24+25+26