

Wie groß war Schlafbedarf?

13

allgemeine Angaben		00ALL %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
allgemeine Fragen								0
Männerquote (Frauenquote = 100% - Männerquote)			56,8	63,1	-6,3	59,3	-2,5	00B
Anzahl Probanden			125,0	111,0	14,0	236,0	-111,0	01SIGEL
Wert/Code			1,0	0,0	1,0	9,0	-8,0	Value
Lebenseinstellung		01LEB %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Selbsteinschätzung								11
ernst			44,8	38,7	6,1	42,0	2,9	11.1
pflichtbewußt			86,4	82,9	3,5	84,8	1,7	11.2
strebsam			48,8	55,0	-6,2	51,7	-2,9	11.3
gründlich			56,8	54,1	2,7	55,5	1,3	11.4
Empfindsam, "dünnhäutig"			52,8	50,5	2,3	51,7	1,1	11.5
fröhlich			36,0	33,3	2,7	34,8	1,3	11.6
spontan			18,4	21,6	-3,2	19,9	-1,5	11.7
leichtlebig			4,0	2,7	1,3	3,4	0,6	11.8
humorvoll			30,4	25,2	5,2	28,0	2,4	11.9
musikalische Betätigung								12
Instrument gespielt?			27,2	18,9	8,3	27,5	-0,3	16A
psychosoziale Faktoren								13
Spannungen: im Beruf			32,8	26,1	6,7	29,7	3,1	21BER
Spannungen: in der Familie			53,6	40,5	13,1	47,5	6,1	21FAM
Spannungen: im Freundes/Bekanntkreis			5,6	3,6	2,0	4,7	0,9	21FREU
Neigung eigene Gefühle zu unterdrücken			71,2	59,5	11,7	65,7	5,5	22
Depressionsquote			36,8	29,7	7,1	64,4	-27,6	34JN
Ernährung, Verdauung, Genußmittel		02ERN %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Ernährung allgemein								20
Viel Obst und Rohkost im Jahr. vor Erkrankung			53,6	56,8	-3,2	55,1	-1,5	24
Gerne süße Speisen/Cola/Limo			83,2	75,7	7,5	79,7	3,5	26A
Heißhunger auf Süßes			52,8	46,8	6,0	50,0	2,8	26B
Konnte Mahlzeit auslassen			60,8	70,3	-9,5	65,3	-4,5	27A
Aß Kleinigkeit zwischen Mahlzeiten			41,6	35,1	6,5	38,6	3,0	27B
Nahrungsgewohnheiten geändert			36,0	32,4	3,6	34,3	1,7	35
Verdauungsbeschwerden								22
Verdauungsbeschwerde Blähungen			36,8	33,3	3,5	35,2	1,6	28BLAE
Verdauungsbeschwerde Durchfall			4,8	6,3	-1,5	5,5	-0,7	28DURC
Verdauungsbeschwerde Verstopfung			40,0	43,2	-3,2	41,5	-1,5	28VERS
Kaffee/Tee								25
Kaffeetrinker			63,2	73,0	-9,8	69,9	-6,7	20KAF
Teetrinker			46,4	51,4	-5,0	52,0	-5,6	20TEE
Anzahl Tassen Kaffee/Tag			2,3	2,5	-0,2	2,4	-0,1	20KTA
Anzahl Tassen Tee/Tag			1,4	1,3	0,1	1,3	0,1	20TTA
Alkohol								26
Alkohol Verträglichkeitsquote			61,6	66,7	-5,1	68,0	-6,4	19
Wein vertragen			30,4	31,5	-1,1	30,9	-0,5	19C1
Sekt vertragen			18,4	21,6	-3,2	19,9	-1,5	19C2
Bier vertragen			31,2	36,9	-5,7	33,9	-2,7	19C3
Branntwein vertragen			9,6	7,2	2,4	8,5	1,1	19C4
Likör vertragen			12,0	12,6	-0,6	12,3	-0,3	19C5
Rauchen								27
Wie stark geraucht?			28,0	35,1	-7,1	0,4	27,6	17S
Konstitution		03KON %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Belastung und Belastbarkeit								32
Erblichkeitsquotient			11,2	14,4	-3,2	12,7	-1,5	10

Wie belastbar früher?		76,0	82,9	-6,9	79,2	-3,2	12A
Wie belastet im Jahrz. vor Parkinson?		66,4	64,9	1,5	65,7	0,7	12B
Konstitution, Schlaf							
Wie groß war Schlafbedarf?					53,0		13
Ich ging gerne früh schlafen.		58,4	31,5	26,9	45,8	12,6	13B
War früh schlafen möglich?		53,6	47,7	5,9	50,9	2,8	13C
Konstitution, sportliche Betätigung							
Sport, Jogging, Gymn. (Jahrz. vor PK)		48,0	34,2	13,8	41,5	6,5	15A
Wie häufig Gymnastik (Jahrz. vor PK)		29,6	16,2	13,4	23,3	6,3	15GYM
Wie häufig Jogging (Jahrz. vor PK)		10,4	5,4	5,0	8,1	2,4	15JOG
Wie oft Sport (Jahrz. vor PK)		28,8	23,4	5,4	26,3	2,5	15SPO
Einflußfaktoren auf Symptomatik							
	05COP %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Verschlechterungen durch ...							
schlechter: Überanstrengung		64,8	64,0	0,8	64,4	0,4	36A1
schlechter Aufregung,Sorge		79,2	73,9	5,3	76,7	2,5	36A2
schlechter: Hetze		72,8	59,5	13,3	66,5	6,3	36A3
schlechter: Zu wenig Schlaf		36,0	31,5	4,5	33,9	2,1	36A4
schlechter: Zu wenig Trinken		15,2	9,0	6,2	12,3	2,9	36A5
schlechter: Klimastürze		52,8	60,4	-7,6	56,4	-3,6	36A6
schlechter: Hitze		39,2	37,8	1,4	38,6	0,6	36A7
schlechter: Schlechte Luft		34,4	27,0	7,4	30,9	3,5	36A8
schlechter: Tabakrauch		30,4	17,1	13,3	24,2	6,3	36A9
Verbesserungen durch...							
gut: in heiterer Gesellschaft		62,4	55,0	7,4	58,9	3,5	37A
gut: bei leichter Musik		43,2	42,3	0,9	42,8	0,4	37B
gut: nach Gymnastik		41,6	40,5	1,1	41,1	0,5	37C
gut: nach dem Schlafen		42,4	41,4	1,0	42,0	0,4	37D
gut: in frischer Luft		75,2	62,2	13,0	69,1	6,1	37E
gut: nach Entspannungsübungen		41,6	32,4	9,2	37,3	4,3	37F
gut: nach dem Schwimmen		25,6	15,3	10,3	20,8	4,8	37G
Krankheitsverlauf							
	06SYM %	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Krankheitsverlauf, Symptomatik							
32 Äquivalenztyp J/N		34,4	27,9	6,5	31,4	3,0	32EQUI
32 Rigordominanztyp J/N		41,6	42,3	-0,7	42,0	-0,4	32RIGO
32 Tremordominanztyp J/N		24,0	29,7	-5,7	26,7	-2,7	32TREM
Beschwerden seit Diag. schlimmer?		74,4	83,8	-9,4	78,8	-4,4	33BS
Versteifung seit Diagnose besser?		29,6	14,4	15,2	22,5	7,1	33VB
Versteifung seit Diagnose schlimmer?		56,8	55,9	0,9	56,4	0,4	33VS
Zittern seit Diagnose gebessert?		32,8	25,2	7,6	29,2	3,6	33ZB
Zittern seit Diagnose zugenommen?		50,4	52,3	-1,9	63,1	-12,7	33ZS
offene Fragen							
	08OFF Anzahl	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Verweise auf Ergebnisse offener Fragen							
Anzahl Medikamente heute		3,0	3,1	-0,1	3,0	-0,1	ANZ30H
Angaben zu 31 Ärzten		0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	NZ31ARZ
Angaben zu 31 Behandlungen		3,4	3,2	0,2	3,3	0,1	NZ31BEH
Anzahl Medikamente V31		0,2	0,1	0,1	0,2	0,1	NZ31SUM
Anzahl verschlechternde Umstände (offene Listen)		0,2	0,2	0,0	0,2	0,0	NZ36OFF
Anzahl verbessernde Umstände (offene Listen)		0,2	0,2	0,0	0,2	0,0	NZ37OFF
Anzahl erwähnenswerte Belastungen (offene Listen)		0,5	0,4	0,1	0,5	0,1	NZ38OFF
Angaben (offen) zu Krankheitsursachen		7,4	6,5	0,9	7,0	0,4	ANZ6
Angaben zu frühsymptomen		4,4	3,8	0,6	4,1	0,3	ANZ7
Indexe							
	10NDX Index!	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Indexvariablen							
In gespannten Verhältnissen gelebt		4,2	5,0	-0,7	4,6	-0,3	21
Was früher gegessen?		1,7	1,5	0,2	1,6	0,1	23
beruflicher Aufstieg2		0,5	0,5	0,0			AUFST

beruflicher Aufstieg		0,7	0,7	0,0	0,7	0,0	UFSTEIG
Vorlaufsymptome & Lebensalter		11 Jr	groß (> 8 Stunden)	gering (>7 Stunden)	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt
Jahre							
Zusammenhang mit Lebensalter							41
Alter: Zum Zeitpunkt der Befragung		64,7	67,4	-2,8	66,0	-1,3	LA00C
Alter: Berufsaufgabe		54,8	56,8	-2,1	55,8	-1,0	LA03J
Alter: Diagnose PK		57,9	59,6	-1,7	58,7	-0,8	LA04J
Alter: Auftreten typ. Pk-Beschwerden		54,4	55,4	-1,0	54,9	-0,5	LA05J
Alter: Muskelverspannungen		49,2	52,1	-2,9	50,5	-1,2	LA07AJ
Alter: Gelenk- oder Muskelschmerzen		48,7	51,0	-2,3	49,7	-1,0	LA07BJ
Alter: Schlafstörungen		48,2	50,1	-1,9	46,7	1,6	LA07CJ
Alter: Kopfschmerzen im Hinterkopf		44,5	50,5	-5,9	47,2	-2,7	LA07DJ
Alter: Nachlassen des Geruchssinns		51,9	57,0	-5,2	53,6	-1,7	LA07EJ
Alter: Tränen der Augen		55,1	58,9	-3,8	57,0	-1,9	LA07FJ
Alter: kleinere/unsichere Schrift		55,5	56,3	-0,8	55,4	0,2	LA07GJ
Alter: Leiseres Sprechen		57,5	56,5	0,9	57,1	0,4	LA07HJ
Alter: Gedrücktere Stimmung		53,4	53,3	0,1	52,4	1,1	LA07IJ
Alter: deutlicher Anzeichen Vergeßlichkeit		52,8	53,6	-0,8	52,2	0,6	LA09J
Alter: Beginn Spiel eines Musikinstrumentes		19,7	14,5	5,3	17,5	2,2	LA16B
Alter: Aufgabe Spiel eines Musikinstrumentes		38,6	35,2	3,4	38,2	0,4	LA16E
Alter: Beginn Rauchen		22,7	22,5	0,1	18,2	4,5	LA17AJ
Alter: Aufgabe Rauchen		44,0	48,9	-4,9	46,6	-2,6	LA17EJ
Alter: Beginn trauriger Verstimmungen/Depris		56,2	56,8	-0,6	56,7	-0,5	LA34AJ
Alter: Ende trauriger Verstimmungen/Depris		63,7	63,9	-0,2	63,6	0,1	LA34EJ
Zusammenhang mit Jahr der PK-Diagnose							42
Seit wieviel Jahren Parkinson?		6,7	7,6	-1,0	7,1	-0,5	K_JAHRE
Berufsaustritt/Aufgabe J		-4,9	-3,5	-1,4	-4,2	-0,7	PK03J
typische PK-Beschw. (retrospektiv)		-3,3	-3,1	-0,1	-3,2	0,0	PK05J
Zeitl.Zus.Pk: Muskelverspannung		-8,1	-7,2	-0,8	-7,5	-0,6	PK07AJ
Zeitl.Zus.Pk: Gelenk-/bzw. Muskelschmerzen		-10,3	-8,5	-1,8	-9,4	-0,9	PK07BJ
Zeitl.Zus.Pk: Schlafstörungen x Jahre vor (-) bzw. nach(+) PK-Di		-7,8	-10,0	2,1	-11,7	3,8	PK07CJ
Zeitl.Zus.Pk: Kopfschmerzen im Hinterkopf		-14,2	-9,2	-4,9	-11,7	-2,4	PK07DJ
Zeitl.Zus.Pk: Nachlassen Geruchssinn		-6,3	-4,4	-2,0	-5,4	-0,9	PK07EJ
Zeitl.Zus.Pk: Tränen der Augen		-6,4	-2,4	-4,0	-4,3	-2,1	PK07FJ
Zeitl.Zus.Pk: Kleinere (oder unsichere) Schrift		-2,1	-1,3	-0,8	-2,2	0,1	PK07GJ
Zeitl.Zus.Pk: Leiseres Sprechen		-1,0	-0,1	-1,0	-0,6	-0,5	PK07HJ
Zeitl.Zus.Pk: Gedrückte Stimmung		-3,7	-3,8	0,1	-4,8	1,1	PK07IJ
Zeitl.Zus.Pk: deutl. Anz. von Vergeßlichkeit		-7,8	-4,8	-3,0	-7,3	-0,6	PK09J
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Musizieren		-38,4	-44,3	6,0	-41,3	2,9	PK16BJ
Zeitl.Zus.Pk: Ende Musizieren		-19,5	-23,6	4,1	-20,3	0,8	PK16EJ
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Rauchen		-34,3	-35,8	1,6	-38,0	3,7	PK17AJ
Zeitl.Zus.Pk: Aufgabe des Rauchens		-12,5	-8,6	-3,9	-12,3	-0,2	PK17EJ
Zeitl.Zus.Pk: Depressionsbeginn		-1,0	-1,0	0,0	-0,9	0,0	PK34AJ
Zeitl.Zus.Pk: Ende Depressionen		6,6	6,2	0,5	6,3	0,3	PK34EJ
Dauer							43
Dauer Musizieren		18,9	20,7	-1,9	19,6	-0,7	DAUR16
Dauer Rauchen		21,3	26,4	-5,0	23,3	-2,0	DAUR17
Dauer Depressionen		7,5	7,1	0,3	7,6	-0,1	DAUR34