

## War früh schlafen möglich?

13C

allgemeine Angaben		00ALL %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>allgemeine Fragen</b>								0
Männerquote (Frauenquote = 100% - Männerquote)			66,7	52,6	14,1	59,3	7,4	00B
Anzahl Probanden			120,0	116,0	4,0	236,0	-116,0	th SIGEL
Wert/Code			1,0	0,0	1,0	9,0	-8,0	Value
<b>Lebenseinstellung</b>		01LEB %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Selbsteinschätzung</b>								11
ernst			41,7	42,2	-0,6	42,0	-0,3	11.1
pflichtbewußt			88,3	81,0	7,3	84,8	3,6	11.2
strebsam			58,3	44,8	13,5	51,7	6,6	11.3
gründlich			55,0	56,0	-1,0	55,5	-0,5	11.4
Empfindsam, "dünnhäutig"			45,8	57,8	-11,9	51,7	-5,9	11.5
fröhlich			35,8	33,6	2,2	34,8	1,1	11.6
spontan			15,8	24,1	-8,3	19,9	-4,1	11.7
leichtlebig			3,3	3,4	-0,1	3,4	-0,1	11.8
humorvoll			23,3	32,8	-9,4	28,0	-4,6	11.9
<b>musikalische Betätigung</b>								12
Instrument gespielt?			25,0	21,6	3,4	27,5	-2,5	16A
<b>psychosoziale Faktoren</b>								13
Spannungen: im Beruf			30,0	29,3	0,7	29,7	0,3	21BER
Spannungen: in der Familie			42,5	52,6	-10,1	47,5	-5,0	21FAM
Spannungen: im Freundes/Bekanntkreis			3,3	6,0	-2,7	4,7	-1,3	21FREU
Neigung eigene Gefühle zu unterdrücken			60,0	71,6	-11,6	65,7	-5,7	22
Depressionsquote			35,0	31,9	3,1	64,4	-29,4	34JN
<b>Ernährung, Verdauung, Genußmittel</b>		02ERN %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Ernährung allgemein</b>								20
Viel Obst und Rohkost im Jahr. vor Erkrankung			52,5	57,8	-5,3	55,1	-2,6	24
Gerne süße Speisen/Cola/Limo			78,3	81,0	-2,7	79,7	-1,3	26A
Heißhunger auf Süßes			48,3	51,7	-3,4	50,0	-1,7	26B
Konnte Mahlzeit auslassen			65,0	65,5	-0,5	65,3	-0,3	27A
Aß Kleinigkeit zwischen Mahlzeiten			37,5	39,7	-2,2	38,6	-1,1	27B
Nahrungsgewohnheiten geändert			35,8	32,8	3,1	34,3	1,5	35
<b>Verdauungsbeschwerden</b>								22
Verdauungsbeschwerde Blähungen			32,5	37,9	-5,4	35,2	-2,7	28BLAE
Verdauungsbeschwerde Durchfall			4,2	6,9	-2,7	5,5	-1,3	28DURC
Verdauungsbeschwerde Verstopfung			35,0	48,3	-13,3	41,5	-6,5	28VERS
<b>Kaffee/Tee</b>								25
Kaffeetrinker			71,7	63,8	7,9	69,9	1,8	20KAF
Teetrinker			50,8	46,6	4,3	52,0	-1,2	20TEE
Anzahl Tassen Kaffee/Tag			2,6	2,2	0,3	2,4	0,2	20KTA
Anzahl Tassen Tee/Tag			1,3	1,3	0,0	1,3	0,0	20TTA
<b>Alkohol</b>								26
Alkohol Verträglichkeitsquote			65,8	62,1	3,8	68,0	-2,2	19
Wein vertragen			27,5	34,5	-7,0	30,9	-3,4	19C1
Sekt vertragen			17,5	22,4	-4,9	19,9	-2,4	19C2
Bier vertragen			30,0	37,9	-7,9	33,9	-3,9	19C3
Branntwein vertragen			9,2	7,8	1,4	8,5	0,7	19C4
Likör vertragen			12,5	12,1	0,4	12,3	0,2	19C5
<b>Rauchen</b>								27
Wie stark geraucht?			29,2	33,6	-4,5	0,4	28,8	17S
<b>Konstitution</b>		03KON %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Belastung und Belastbarkeit</b>								32
Erblichkeitsquotient			8,3	17,2	-8,9	12,7	-4,4	10

Wie belastbar früher?		80,8	77,6	3,2	79,2	1,6	12A
Wie belastet im Jahrz. vor Parkinson?		59,2	72,4	-13,2	65,7	-6,5	12B
<b>Konstitution, Schlaf</b>							
Wie groß war Schlafbedarf?		55,8	50,0	5,8	53,0	2,9	13
Ich ging gerne früh schlafen.		63,3	27,6	35,7	45,8	17,6	13B
War früh schlafen möglich?					50,9		13C
<b>Konstitution, sportliche Betätigung</b>							
Sport, Jogging, Gymn. (Jahrz. vor PK)		41,7	41,4	0,3	41,5	0,1	15A
Wie häufig Gymnastik (Jahrz. vor PK)		22,5	24,1	-1,6	23,3	-0,8	15GYM
Wie häufig Jogging (Jahrz. vor PK)		10,0	6,0	4,0	8,1	2,0	15JOG
Wie oft Sport (Jahrz. vor PK)		29,2	23,3	5,9	26,3	2,9	15SPO
<b>Einflußfaktoren auf Symptomatik</b>							
	05COP %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Verschlechterungen durch ...</b>							
schlechter: Überanstrengung		60,8	68,1	-7,3	64,4	-3,6	35A1
schlechter Aufregung,Sorge		75,0	78,4	-3,4	76,7	-1,7	35A2
schlechter: Hetze		65,0	68,1	-3,1	66,5	-1,5	35A3
schlechter: Zu wenig Schlaf		26,7	41,4	-14,7	33,9	-7,2	35A4
schlechter: Zu wenig Trinken		12,5	12,1	0,4	12,3	0,2	35A5
schlechter: Klimastürze		55,0	57,8	-2,8	56,4	-1,4	35A6
schlechter: Hitze		35,0	42,2	-7,2	38,6	-3,6	35A7
schlechter: Schlechte Luft		30,0	31,9	-1,9	30,9	-0,9	35A8
schlechter: Tabakrauch		21,7	26,7	-5,1	24,2	-2,5	35A9
<b>Verbesserungen durch...</b>							
gut: in heiterer Gesellschaft		60,8	56,9	3,9	58,9	1,9	37A
gut: bei leichter Musik		39,2	46,6	-7,4	42,8	-3,6	37B
gut: nach Gymnastik		42,5	39,7	2,8	41,1	1,4	37C
gut: nach dem Schlafen		40,0	44,0	-4,0	42,0	-2,0	37D
gut: in frischer Luft		71,7	66,4	5,3	69,1	2,6	37E
gut: nach Entspannungsübungen		40,8	33,6	7,2	37,3	3,5	37F
gut: nach dem Schwimmen		21,7	19,8	1,8	20,8	0,9	37G
<b>Krankheitsverlauf</b>							
	06SYM %	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Krankheitsverlauf, Symptomatik</b>							
32 Äquivalenztyp J/N		27,5	35,3	-7,8	31,4	-3,9	32EQUI
32 Rigordominanztyp J/N		45,8	37,9	7,9	42,0	3,9	32RIGO
32 Tremordominanztyp J/N		26,7	26,7	-0,1	26,7	0,0	32TREM
Beschwerden seit Diag. schlimmer?		75,8	81,9	-6,1	78,8	-3,0	33BS
Versteifung seit Diagnose besser?		28,3	16,4	12,0	22,5	5,9	33VB
Versteifung seit Diagnose schlimmer?		51,7	61,2	-9,5	56,4	-4,7	33VS
Zittern seit Diagnose gebessert?		26,7	31,9	-5,2	29,2	-2,6	33ZB
Zittern seit Diagnose zugenommen?		49,2	53,4	-4,3	63,1	-14,0	33ZS
<b>offene Fragen</b>							
	08OFF Anzahl	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Verweise auf Ergebnisse offener Fragen</b>							
Anzahl Medikamente heute		2,9	3,1	-0,1	3,0	-0,1	ANZ30H
Angaben zu 31 Ärzten		0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	ANZ31ARZ
Angaben zu 31 Behandlungen		3,4	3,2	0,1	3,3	0,1	ANZ31BEH
Anzahl Medikamente V31		0,2	0,2	-0,1	0,2	0,0	ANZ31SUM
Anzahl verschlechternde Umstände (offene Listen)		0,2	0,3	-0,1	0,2	0,0	ANZ36OFF
Anzahl verbessernde Umstände (offene Listen)		0,1	0,3	-0,2	0,2	-0,1	ANZ37OFF
Anzahl erwähnenswerte Belastungen (offene Listen)		0,5	0,4	0,0	0,5	0,0	ANZ38OFF
Angaben (offen) zu Krankheitsursachen		6,9	7,1	-0,3	7,0	-0,2	ANZ6
Angaben zu frühsymptomen		3,9	4,4	-0,5	4,1	-0,2	ANZ7
<b>Indexe</b>							
	10NDX Index!	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Indexvariablen</b>							
In gespannten Verhältnissen gelebt		4,8	4,4	0,4	4,6	0,2	21
Was früher gegessen?		1,6	1,7	-0,1	1,6	-0,1	23
beruflicher Aufstieg2		0,5	0,4	0,1			AUFST

beruflicher Aufstieg		0,8	0,7	0,1	0,7	0,0	UFSTEIG	
Vorlaufsymptome & Lebensalter		11 Jr Jahre	ja, konnte früh schlafen	nein/selten/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
<b>Zusammenhang mit Lebensalter</b>								41
Alter: Zum Zeitpunkt der Befragung		66,7	65,2	1,6	66,0	0,8	LA00C	
Alter: Berufsaufgabe		56,4	55,2	1,2	55,8	0,6	LA03J	
Alter: Diagnose PK		59,9	57,5	2,5	58,7	1,2	LA04J	
Alter: Auftreten typ. Pk-Beschwerden		56,6	53,1	3,4	54,9	1,7	LA05J	
Alter: Muskelverspannungen		53,1	48,3	4,8	50,5	2,6	LA07AJ	
Alter: Gelenk- oder Muskelschmerzen		52,8	46,8	6,0	49,7	3,1	LA07BJ	
Alter: Schlafstörungen		51,7	46,8	4,9	46,7	5,0	LA07CJ	
Alter: Kopfschmerzen im Hinterkopf		45,7	48,5	-2,9	47,2	-1,5	LA07DJ	
Alter: Nachlassen des Geruchssinns		54,6	52,8	1,9	53,6	1,0	LA07EJ	
Alter: Tränen der Augen		60,0	54,5	5,5	57,0	3,0	LA07FJ	
Alter: kleinere/unsichere Schrift		58,8	52,6	6,2	55,4	3,5	LA07GJ	
Alter: Leiseres Sprechen		60,7	53,8	6,9	57,1	3,6	LA07HJ	
Alter: Gedrücktere Stimmung		53,9	52,9	0,9	52,4	1,5	LA07IJ	
Alter: deutlicher Anzeichen Vergeßlichkeit		51,9	54,3	-2,4	52,2	-0,2	LA09J	
Alter: Beginn Spiel eines Musikinstrumentes		17,4	18,1	-0,6	17,5	-0,1	LA16B	
Alter: Aufgabe Spiel eines Musikinstrumentes		37,3	37,3	-0,1	38,2	-1,0	LA16E	
Alter: Beginn Rauchen		22,1	23,0	-0,8	18,2	4,0	LA17AJ	
Alter: Aufgabe Rauchen		47,8	45,5	2,3	46,6	1,2	LA17EJ	
Alter: Beginn trauriger Verstimmungen/Depris		59,8	52,7	7,2	56,7	3,2	LA34AJ	
Alter: Ende trauriger Verstimmungen/Depris		65,9	61,5	4,3	63,6	2,2	LA34EJ	
<b>Zusammenhang mit Jahr der PK-Diagnose</b>								42
Seit wieviel Jahren Parkinson?		6,7	7,6	-0,9	7,1	-0,4	PK03K	
Berufsaustritt/Aufgabe J		-4,8	-3,5	-1,2	-4,2	-0,6	PK03J	
typische PK-Beschw. (retrospektiv)		-2,8	-3,6	0,7	-3,2	0,4	PK05J	
Zeitl.Zus.Pk: Muskelverspannung		-7,1	-8,2	1,2	-7,5	0,4	PK07AJ	
Zeitl.Zus.Pk: Gelenk-/bzw. Muskelschmerzen		-7,9	-11,0	3,1	-9,4	1,5	PK07BJ	
Zeitl.Zus.Pk: Schlafstörungen x Jahre vor (-) bzw. nach(+) PK-Di		-9,4	-8,4	-0,9	-11,7	2,3	PK07CJ	
Zeitl.Zus.Pk: Kopfschmerzen im Hinterkopf		-15,4	-8,9	-6,5	-11,7	-3,6	PK07DJ	
Zeitl.Zus.Pk: Nachlassen Geruchssinn		-6,6	-5,0	-1,6	-5,4	-1,2	PK07EJ	
Zeitl.Zus.Pk: Tränen der Augen		-3,3	-5,3	2,0	-4,3	1,0	PK07FJ	
Zeitl.Zus.Pk: Kleinere (oder unsicherere) Schrift		-1,3	-2,3	1,0	-2,2	0,9	PK07GJ	
Zeitl.Zus.Pk: Leiseres Sprechen		-0,2	-1,1	0,9	-0,6	0,4	PK07HJ	
Zeitl.Zus.Pk: Gedrückte Stimmung		-4,2	-3,3	-1,0	-4,8	0,5	PK07IJ	
Zeitl.Zus.Pk: deutl. Anz. von Vergeßlichkeit		-7,7	-5,2	-2,5	-7,3	-0,5	PK09J	
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Musizieren		-41,1	-40,1	-1,0	-41,3	0,2	PK16BJ	
Zeitl.Zus.Pk: Ende Musizieren		-21,3	-20,9	-0,4	-20,3	-1,0	PK16EJ	
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Rauchen		-38,0	-32,5	-5,5	-38,0	0,0	PK17AJ	
Zeitl.Zus.Pk: Aufgabe des Rauchens		-11,4	-9,6	-1,8	-12,3	0,9	PK17EJ	
Zeitl.Zus.Pk: Depressionsbeginn		0,1	-2,2	2,3	-0,9	1,1	PK34AJ	
Zeitl.Zus.Pk: Ende Depressionen		6,2	6,6	-0,4	6,3	0,0	PK34EJ	
<b>Dauer</b>								43
Dauer Musizieren		19,8	19,2	0,6	19,6	0,3	DAUR16	
Dauer Rauchen		25,7	22,5	3,2	23,3	2,3	DAUR17	
Dauer Depressionen		5,9	8,9	-2,9	7,6	-1,6	DAUR34	