

## Jenkins Uyku Skalası (JSS)

Aşağıdaki problemleri geçen ay hangi sıklıkta yaşadınız;	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	Hemen hemen hiç	(1-3 gün)	(4-7 gün)	(8-14 gün)	(15-21 gün)	(22-31 gün)
1) Uykuya dalmakta zorluk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Gecede birkaç kez uykudan uyanma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Gece hiç uyanmadan uyumakta zorluk ( Buna çok erken uyanmak da dahil)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Normal sürede uykunuzu alıp uyandıktan sonra yorgun ve bitkin hissetme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>