

## Riktlinjer för bedömning av mardrömmarnas frekvens och varaktighet

Frekvens		
	Mild	< 1/vecka
	Medel	> 1/vecka
	Svår	Varje natt
Varaktighet		
	Akut	< 1 månad
	Subakut	1–6 månader
	Långvarig	> 6 månader