

Nazwisko i Imię		Data badania:	
PESEL		BMI	

SKALA SENNOŚCI EPWORTH

Proszę określić, jak duże było w ostatnim czasie prawdopodobieństwo zaśnięcia w wymienionych poniżej sytuacjach, w odróżnieniu od uczucia ogólnego zmęczenia.

Jeśli Pan/i nie wykonywał/a tych czynności w ostatnim czasie, proszę je sobie wyobrazić i określić, jak wpłynęłyby one na Pana/ią. Proszę posłużyć się poniższą skalą od 0 do 3 i **wybrać cyfrę** najbardziej pasującą do każdej sytuacji:

0 = zerowe prawdopodobieństwo zaśnięcia

1 = małe prawdopodobieństwo zaśnięcia

2 = średnie prawdopodobieństwo zaśnięcia

3 = duże prawdopodobieństwo zaśnięcia

Z jaką łatwością zapadasz w drzemkę lub sen w sytuacjach opisanych niżej?

1. Siedząc i/lub czytając.	0	1	2	3
2. Oglądając telewizję.	0	1	2	3
3. Siedząc w miejscu publicznym np. w teatrze, na zebraniu, w kościele.	0	1	2	3
4. Podczas godzinnej jazdy autobusem, koleją, samochodem jako pasażer.	0	1	2	3
5. Leżąc i odpoczywając po południu, jeśli okoliczności na to pozwalają.	0	1	2	3
6. W czasie rozmowy, siedząc.	0	1	2	3
7. Po obiedzie (bez alkoholu), siedząc w spokojnym miejscu.	0	1	2	3
8. Prowadząc samochód, podczas kilkuminutowego postoju w korku lub na czerwonym świetle.	0	1	2	3
Suma punktów:				