

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

Za jaką łatwością zapadasz w drzemkę lub sen w sytuacjach opisanych poniżej?

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, jeżeli 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 czerwonym świetle.	0	1	2	3
Suma punktów:				