

ШКАЛА СОНЛИВОСТИ EPWORTH

(ФИО)

(Дата заполнения)

(Возраст)

0 – никогда бы не заснул/ не задремал;

1 – очень небольшая вероятность заснуть или задремать;

2 – вероятно, засну или задремлю;

3 – большая вероятность заснуть или задремать.

Действие	Вероятность заснуть			
Сидите и читаете	0	1	2	3
Смотрите телевизор	0	1	2	3
Сидите неподвижно в общественном месте	0	1	2	3
Сидите в течение 1 часа, как пассажир автомобиля	0	1	2	3
Лежите, отдыхая после обеда (во второй половине дня)	0	1	2	3
Сидите и разговариваете с кем-то	0	1	2	3
Спокойно сидите после обеда (без алкоголя)	0	1	2	3
В машине, во время остановки в течение нескольких минут в пробке (за рулем)	0	1	2	3

Интерпретация:

1-6 баллов: Нормальный сон;

7-8 баллов: Умеренная сонливость;

9-24 баллов: Аномальная (возможно, патологическая) сонливость