



EPWORTH SØVNINGHETSSKALA

Pasientidentifikasjon:	Høyde cm
	Vektkg (pas.veies på avd.)
BT	BMI

Hvor sannsynlig er det at du døser av eller sovner i følgende situasjoner, i motsetning til kun å føle deg trett?

Selv om du ikke har gjort noe av dette i den siste tiden, så prøv likevel å finne ut hvordan situasjonene ville virke på deg. Spørsmålene gjelder din vanlige måte å reagere på i den senere tid.

Har du nattlig respirasjonsstøtte (CPAP,BIPAP el) skal du fylle ut slik du har det når utstyret er i bruk.

Kryss i så fall her:

Bruk den følgende skala for å velge **det mest passende tall** for hver situasjon:

- 0= ville **aldri** døse/sovne
- 1= en **liten sjanse** for å døse/sovne
- 2= **moderat sjanse** for å døse/sovne
- 3= **stor sjanse** for å døse/sovne

Det er viktig at du besvarer hvert spørsmål så riktig som mulig.

Situasjon	Sjans for å døse/sovne
Sitte og lese	
Se på TV	
Sitte, inaktiv på et offentlig sted (f.eks. på teater eller et møte)	
Som passasjer på en times biltur uten pause	
Legge deg for å hvile om ettermiddagen hvis omstendighetene tillater det	
Sitte og snakke med noen	
Sitte stille etter lunsj (uten å ha inntatt alkohol)	
I en bil, som har stoppet for noen minutter i trafikken	

Dato utfylt:

Signatur