

# Epworth Sleepiness Scale

Spørgeskema om søvnighed

**Hvor sandsynligt er det, at du ville blunde eller falde i søvn (i modsætning til blot at du føler dig træt) i nedenstående situationer?:**

Benyt følgende skala:

0 = Ville **aldrig** blunde/falde i søvn

1 = **Lille** sandsynlighed for, at jeg ville blunde/falde i søvn.

2 = **Moderat** sandsynlighed for, at jeg ville blunde/falde i søvn.

3 = **Stor** sandsynlighed for, at jeg ville blunde/falde i søvn.

## Situation:

Sandsynligheden for at blunde/falde i søvn

	0	1	2	3
Sidder og læser?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ser fjernsyn?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sidder passivt et offentligt sted (f.eks. til et møde, teatret)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Som passagerer i en bil i 1 time uden pause?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ligger for at hvile om eftermiddagen, når situationen tillader det?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sidder og taler med nogen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sidder roligt efter en frokost uden indtagelse af alkohol?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sidder i en bil mens den holder stille nogle få minutter i trafikken?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>