



L'échelle de somnolence d'Epworth

Situation	Chances de s'assoupir			
	Aucune (0)	Faible (1)	Moyenne (2)	Forte (3)
Assis(e) en train de lire	0	1	2	3
En train de regarder la télévision	0	1	2	3
Assis(e), inactif(ve), dans un lieu public (cinéma, salle d'attente, réunion de travail, théâtre)	0	1	2	3
Passager ou passagère dans une voiture ou un transport en commun, roulant sans arrêt, depuis plus d'une heure	0	1	2	3
Allongé(e) après le repas de midi lorsque les circonstances le permettent	0	1	2	3
Assis(e) en train de parler à quelqu'un ou au téléphone	0	1	2	3
Assis(e) calmement après un repas sans alcool	0	1	2	3
Au volant d'une voiture immobilisée depuis quelques minutes, dans un embouteillage	0	1	2	3
Total de votre score				