

ÉCHELLE D'EPWORTH

ÉCHELLE

0 = Aucune chance de sommeil
1 = Peu de chance

2 = Moyenne chance
3 = Haute chance

Inscrivez votre réponse
dans cette colonne.

Lire en position assise	0	1	2	3	
En écoutant la télévision	0	1	2	3	
En position inactive dans un endroit public	0	1	2	3	
Comme passager en voiture pour une heure	0	1	2	3	
S'allongez dans l'après-midi	0	1	2	3	
Parler en position assise	0	1	2	3	
Assis tranquille après le lunch	0	1	2	3	
Arrêtez pour quelques minutes dans le trafic	0	1	2	3	
TOTAL					

INTERPRÉTATION

Si vous obtenez un résultat entre :

0-6 Très peu de risque d'apnée du sommeil et d'accidents cardiovasculaires.

7-10 ANORMAL

- Risques accrus cardiovasculaires (palpitations, crises cardiaques, embolies).
- **Nous vous recommandons une consultation** pour écarter l'Apnée du sommeil (S.A.S).

>11 ANORMAL

- Risques accrus cardiovasculaires (palpitations, crises cardiaques, embolies).
- **Nous vous recommandons une consultation** et une étude de sommeil à la maison pour écarter l'Apnée du sommeil (S.A.S).