

## Le questionnaire d'Epworth

Ce questionnaire est un outil qui aide à évaluer le risque d'endormissement ou de somnolence.  
Il est utilisé dans le processus de dépistage.

Quelle est la possibilité de vous endormir ou de somnoler dans les différentes situations  
suivantes

Ceci se rapporte à vos habitudes de vie récentes.

Situation	Possibilité de s'endormir
Assis en lissant	0 - 1 - 2 - 3
En regardant la télévision	0 - 1 - 2 - 3
Assis inactif dans un lieu public (Salle d'attente, réunion, cinéma, etc.)	0 - 1 - 2 - 3
Comme passager dans une voiture pendant plus d'une heure	0 - 1 - 2 - 3
Allongé l'après-midi lorsque les circonstances le permettent	0 - 1 - 2 - 3
Assis en parlant avec quelqu'un	0 - 1 - 2 - 3
Assis calmement après le repas	0 - 1 - 2 - 3
Au volant d'une voiture, dans le trafic, à une lumière, un arrêt, etc.	0 - 1 - 2 - 3

/24

\*Un résultat de 8 et plus sur un total de 24 indique le risque de présence d'apnée obstructive du sommeil.

---

En cas de doute ou si vous présentez plusieurs des symptômes ci-dessus, il est important de consulter un spécialiste de l'apnée du sommeil pour un diagnostic et un traitement appropriés. Grâce à un suivi médical adapté, il est possible de mieux gérer l'apnée du sommeil et d'améliorer votre qualité de vie.