

## Fragebogen zur Tagesschläfrigkeit (Epworth Sleepiness Scale)

Name: \_\_\_\_\_, geb.: \_\_\_\_\_

Bitte bewerten Sie diese Situationen, in denen eine Schläfrigkeit auftreten kann.

### Im Sitzen lesen

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Beim Fernsehen

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Passiv in der Öffentlichkeit sitzen (MVV, Theater, Parkbank, Kino etc.)

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Als Beifahrer während einer einstündigen Fahrt im Auto sitzen

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Sich hinlegen mit der Absicht, sich auszuruhen

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Im Sitzen bei einer Unterhaltung mit einer anderen Person

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Nach dem Mittagessen ruhig sitzen (ohne Alkohol zum Mittagessen)

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

### Im Auto sitzen, wenn dieses verkehrsbedingt einige Minuten anhalten muss

- Einnicken ganz ausgeschlossen (0 Punkte)
- Geringe Wahrscheinlichkeit einzunicken (1 Punkt)
- Mittlere Wahrscheinlichkeit einzunicken (2 Punkte)
- Hohe Wahrscheinlichkeit einzunicken (3 Punkte)

Gesamtpunktzahl: \_\_\_\_\_

