

日間渴睡情況 Modified Epworth Sleepiness Scale

(適合 3 至 12 歲兒童使用, designed for 3- to 12-year-old children)

- 0 = 從來不會 would *never* doze or sleep
1 = 偶爾會 (少於一半的情形) *slight* chance of dozing or sleeping
2 = 很可能會 (約一半的情形) *moderate* chance of dozing or sleeping
3 = 經常會 (很少能維持清醒) *high* chance of dozing or sleeping

Situation 情況	Chance of Dozing or Sleeping 打瞌睡機會
Sitting and reading 坐著看書時	
Watching TV 看電視時	
Sitting inactive in a public place 坐在某些公共場合中不動時(例如戲院裡或開會中)	
Being a passenger in a motor vehicle for an hour or more 當乘客時, 在連續開了一個小時的車上	
Lying down in the afternoon 下午可以躺下來休息時	
Sitting and talking to someone 坐著與別人談話時	
Sitting quietly after lunch (no alcohol) 午餐後靜坐時(沒有喝酒)	
Stopped for a few minutes in traffic as a passenger in a motor vehicle 在車裡當乘客時, 交通停頓幾分鐘時	

總分 :

如總分大過 8, 你有可能患上日間渴睡問題, 應諮詢醫生意見。

此問卷只供參考, 為得到更準確的分析, 必須請教您的醫生。